



DOKTOR KAISER
Ärztin für Allgemeinmedizin

Dr. Anita Kaiser - Ärztin für Allgemeinmedizin
Pimbergerstraße 10, 5252 Aspach / Oberösterreich
Tel.: +43 (0) 7755 72 510 Mail: doktorkaiser@aon.at

Dein Trainingsplan für 8.000 Schritte bis 31. August 2020

Datum:	Schritte	Geschafft j/n?	Eventuelle Anmerkung
Mo. 17.08.	4.000		
Di. 18.08.	4.300		
Mi. 19.08.	4.600		
Do. 20.08.	4.900		
Fr. 21.08.	5.000		
Sa. 22.08.	5.300		
So. 23.08.	5.600		
Mo. 24.08.	5.900		
Di. 25.08.	6.200		
Mi. 26.08.	6.500		
Do. 27.08.	6.800		
Fr. 28.08.	7.100		
Sa. 29.09.	7.400		
So. 30.08.	7.700		
Mo. 31.08.	8.000		

Ganz viel Erfolg bei deinem Training,



Deine Anita

Volksbank, IBAN: AT47 4480 0106 9989 0001 BIC: VBWEAT2WXXX
Wir bitten Sie, den Rechnungsbetrag innerhalb von 14 Tagen unter Angabe der Rechnungsnummer auf unser Konto zu überweisen



www.doktorkaiser.at