

60天减肥体重打卡记录

起始日期：2026-07-26 累计打卡：4 次 完整打卡：0/60 天
导出时间：2026/7/29 09:58:32

天数	日期	早打卡	晚打卡	体重(kg)
1	7/26	未打卡	已打卡	53
2	7/27	已打卡	未打卡	52.3
3	7/28	已打卡	未打卡	52.5
4	7/29	已打卡	待定	51.8
5	7/30	待定	待定	—
6	7/31	待定	待定	—
7	8/1	待定	待定	—
8	8/2	待定	待定	—
9	8/3	待定	待定	—
10	8/4	待定	待定	—
11	8/5	待定	待定	—
12	8/6	待定	待定	—
13	8/7	待定	待定	—
14	8/8	待定	待定	—
15	8/9	待定	待定	—
16	8/10	待定	待定	—
17	8/11	待定	待定	—
18	8/12	待定	待定	—
19	8/13	待定	待定	—
20	8/14	待定	待定	—
21	8/15	待定	待定	—
22	8/16	待定	待定	—
23	8/17	待定	待定	—
24	8/18	待定	待定	—
25	8/19	待定	待定	—
26	8/20	待定	待定	—
27	8/21	待定	待定	—
28	8/22	待定	待定	—
29	8/23	待定	待定	—
30	8/24	待定	待定	—
31	8/25	待定	待定	—
32	8/26	待定	待定	—
33	8/27	待定	待定	—

待定

待定

天数	日期	早打卡	晚打卡	体重(kg)
35	8/29	待定	待定	—
36	8/30	待定	待定	—
37	8/31	待定	待定	—
38	9/1	待定	待定	—
39	9/2	待定	待定	—
40	9/3	待定	待定	—
41	9/4	待定	待定	—
42	9/5	待定	待定	—
43	9/6	待定	待定	—
44	9/7	待定	待定	—
45	9/8	待定	待定	—
46	9/9	待定	待定	—
47	9/10	待定	待定	—
48	9/11	待定	待定	—
49	9/12	待定	待定	—
50	9/13	待定	待定	—
51	9/14	待定	待定	—
52	9/15	待定	待定	—
53	9/16	待定	待定	—
54	9/17	待定	待定	—
55	9/18	待定	待定	—
56	9/19	待定	待定	—
57	9/20	待定	待定	—
58	9/21	待定	待定	—
59	9/22	待定	待定	—
60	9/23	待定	待定	—