200											
Datum	Dag	Gram	+ / -	Gram	+ / -	Gram	+ / -	Gram	+ / -	Gram	+ / -
	22										
	21- **W3**										
	20										
	19										
	18										
	17										
	16										
	15										
	14- **W2**										
	13										
	12										
	11										
	10										
	09										
	08										
	07- **W1**										
	06										
	05										
	04										
	03										
	02										
	01										