

VIVIENDO EN CÍCLICO (Tabla resumen)

	Menstru	Preovu	Ovu	Premen
Días	Desde el 1 al 7 (+/-)	Desde el 7 al 14 (+/-)	Desde el 14 al 20 (+/-)	Del 21 al 28 (+/-)
Fase	Folicular	Folicular	Lútea	Lútea
Simbología Lunar	Luna nueva	Luna creciente	Luna llena	Luna menguante
Hormona	Estrógeno	Estrógeno	Progesterona	Progesterona
Flujo/Moco	Expulsión de “sangre”	Apenas cantidad, blanco	Elástico, sensación de “mojada”, “clara de huevo”	Blanco, cremoso
Cérvix	Abierto	Cerrado	Abierto	Cerrado
Tipo	Luna Oscura	Sol Luminosa	Luna Luminosa	Sol Oscura
Mundo	Mundo Interno	Mundo Externo	Mundo Externo	Mundo Interno
Estación	Invierno	Primavera	Verano	Otoño
Energía	Pasiva	Activa	Activa	Pasiva

VIVIENDO EN CÍCLICO (MI TABLA)

registrar 3 ciclos completos

	Ciclo 1	Ciclo 2	Ciclo 3
Desde/hasta			
Total días			
Días sangrado			

	Menstru	Preovu	Ovu	Premen
Días	De ___ al ___ ()	De ___ al ___ ()	De ___ al ___ ()	De ___ al ___ ()
Nombre propio				
Flujo/Moco				
Energía				
Emocional				
Mental				
Decesidades y patrones detectados				
Más				