# Water Tracker 

For every 16 ounce cup／bottle of water you drink，cross out a cup of water for that day．

|  | Sunday | Monday | Tuesday | Wednesday | Thursday | Friday | Saturday |
| :---: | :---: | :---: | :---: | :---: | :---: | :---: | :---: |
| Week 1 | $\begin{gathered} \text { ワワワ } \\ \text { ワワ } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { の日曰 } \\ \text { の日 } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { 日曰日 } \\ \text { 日曰 } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { 『『曰 } \\ \text { 『ワ } \end{gathered}$ | 『ワワ『ワ | $\begin{gathered} \text { ワワワ } \\ \text { ワワ } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { 『ワ曰 } \\ \text { 『ワ } \end{gathered}$ |
| Week <br> 2 | $\begin{gathered} \text { 日曰日 } \\ \text { 日ロ } \end{gathered}$ |  | $\begin{gathered} \text { 日曰日 } \\ \text { 日曰 } \end{gathered}$ | ワワ | 『ワ | $\begin{aligned} & \text { 『曰曰 } \\ & \text { 日曰 } \end{aligned}$ | $\begin{gathered} \text { 日曰『 } \\ \text { 日曰 } \end{gathered}$ |
| Week <br> 3 |  |  |  | 『ワ | 『ワ | 『ワ | 『ワ |
| Week <br> 4 | $\begin{gathered} \text { 日曰日 } \\ \nabla \nabla \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { 日曰日 } \\ \nabla \nabla \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { 日曰 } \\ \text { 日 } \end{gathered}$ | ワワ | 『 | 『ワ |  |
| Week 5 | $\begin{gathered} \text { ワワワ } \\ \text { ワワ } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { ワワワ } \\ \text { 『曰 } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { Vの曰 } \\ \text { の曰 } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \hline \text { 『『『 } \\ \text { ワワ } \end{gathered}$ | 『ワワ 『ワ | $\begin{gathered} \text { ワワワ } \\ \text { ワワ } \end{gathered}$ | $\begin{gathered} \text { ワの曰 } \\ \text { 『ワ } \end{gathered}$ |

