Basal Body Temperature Chart

Name ______________________________ Month ___________________________________ Cycle

Cycle Day	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Day of Week																																								
Time																																								
Waking Basal Temp	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8	99 9 8 7 6 5 4 3 2 1 98 9 8 7 6 5 4 3 2 1 97 9 8
Cycle Day	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**	**34**	**35**	**36**	**37**	**38**	**39**	**40**
Intercourse	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Cervical Fluid																																								
Cervix Hard/Soft																																								
Cervix Position																																								
Vaginal Sensation																																								
Cycle Day	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	**8**	**9**	**10**	**11**	**12**	**13**	**14**	**15**	**16**	**17**	**18**	**19**	**20**	**21**	**22**	**23**	**24**	**25**	**26**	**27**	**28**	**29**	**30**	**31**	**32**	**33**	**34**	**35**	**36**	**37**	**38**	**39**	**40**
OPK Results																																								
Pregnancy Test Results																																								
Poor Sleep																																								
Alcohol																																								
Illness																																								
Additional Informa																																								

Intercourse Circle day of intercourse
Describe Cervical Fluid E = eggwhite C = creamy S = sticky
Cervix Hard/Soft H = hard S = soft
Cervix Position H = high M = medium L = low
Vaginal Sensation D = dry M = moist W = wet