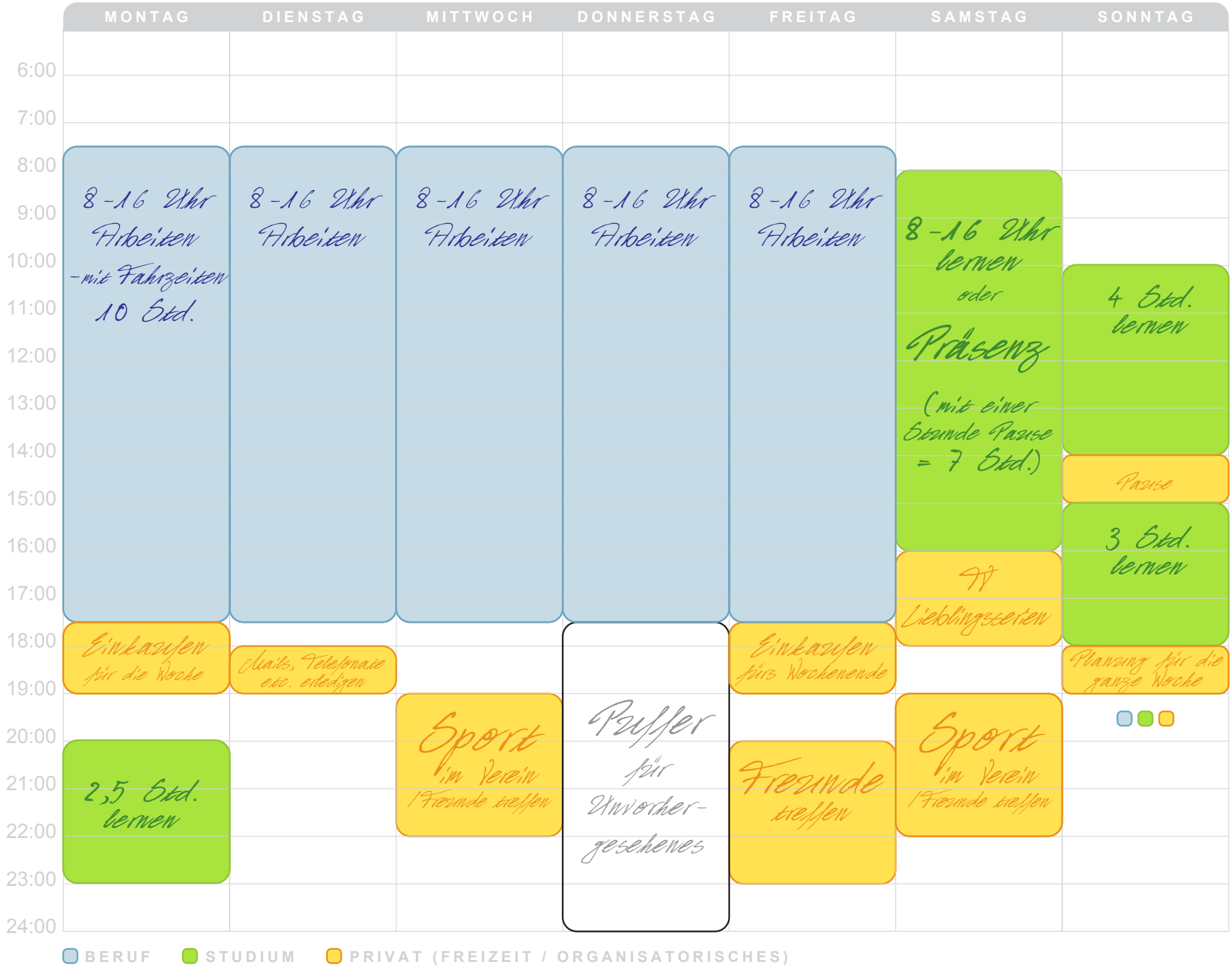
MONTAG
DIENSTAG
MITTWOCH
DONNERSTAG
FREITAG
SAMSTAG
SONNTAG
6:00
7:00
8:00
9:00
10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00
19:00
20:00
21:00
22:00
23:00
24:00
8-16 Uhr Arbeiten -mit Fahrzeiten 10 Std.
8-16 Uhr Arbeiten
8-16 Uhr Arbeiten
8-16 Uhr Arbeiten
8-16 Uhr Arbeiten
8-16 Uhr lernen oder Präsenz (mit einer Stunde Pause = 7 Std.)
4 Std. lernen
Pause
3 Std. lernen
Einkaufen für die Woche
Mails, Telefonate etc. erledigen
Einkaufen fürs Wochenende
TV Lieblingsserien
Planung für die ganze Woche
2,5 Std. lernen
Sport im Verein / Freunde treffen
Puffer für Unvorhergesehenes
Freunde treffen
Sport im Verein / Freunde treffen
BERUF
STUDIUM
PRIVAT (FREIZEIT / ORGANISATORISCHES)