Режим дня

- [ ] **1.** 7:30/8:00 - просыпаюсь
- [ ] **2.** 8:10 - делаю зарядку
- [ ] **3.** 8:20 - иду умываться
- [ ] **4.** 8:30 - готовлю завтрак
- [ ] **5.** 8:50 - завтракаю
- [ ] **6.** 9:10 - собираюсь на прогулку
- [ ] **7.** 9:20-9:30 - выхожу
- [ ] **8.** 9:40-10:40 - гуляю
- [ ] **9.** 11:00 - душ
- [ ] **10.** 11:30 - отдых
- [ ] **11.** 11:50 - сушу волосы
- [ ] **12.** 12:00-12:40 - читаю
- [ ] **13.** 13:00 - обедаю
- [ ] **14.** 13:30 - уделяю время хобби
- [ ] **15.** 14:30 - уборка всего дома
- [ ] **16.** 18:30 - отдых

- [ ] **17.** 19:30 - смотрю ютуб, фильмы и тд.
- [ ] **18.** 22:00 - ложусь спать

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: https://checklists.expert

как это убрать?