



## Распорядок дня

Распорядок дня по будням

- 7:00 Подъем
- 7:00-7:15 Поход в душ
- 7:15-7:40 Завтрак
- 7:40-7:45 Чистка зубов
- 7:45-8:10 сбор на учебу
- 8:10-8:30 Поход на учебу
- 8.30-13.40 Пары в университете
- 13:40-14:00 Возвращение домой
- 14:00-16:00 Дневной сон
- 16:00-16:30 Спортивные упражнения
- 16:30-17:30 Свободное время
- 17:30-18:00 Ужин
- 18:00-21:00 Выполнение д/з

21:00-23:30 Свободные время

23:30 Сон

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

как это убрать?