Распорядок дня

Распорядок дня по будням

- [ ] **1.** 7:00 Подьем
- [ ] **2.** 7:00-7:15 Поход в душ
- [ ] **3.** 7:15-7:40 Завтрак
- [ ] **4.** 7:40-7:45 Чистка зубов
- [ ] **5.** 7:45-8:10 сбор на учебу
- [ ] **6.** 8:10-8:30 Поход на учебу
- [ ] **7.** 8.30-13.40 Пары в университете
- [ ] **8.** 13:40-14:00 Возвращение домой
- [ ] **9.** 14:00-16:00 Дневной сон
- [ ] **10.** 16:00-16:30 Спортивные упражнения
- [ ] **11.** 16:30-17:30 Свободное время
- [ ] **12.** 17:30-18:00 Ужин
- [ ] **13.** 18:00-21:00 Выполнение д/з

- [ ] **14.** 21:00-23:30 Свободные время

- [ ] **15.** 23:30 Сон

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

как это убрать?