



## Режим дня

- Подъем: 07:00
- Завтрак: 07:15
- Зарядка, уборка постели: 07:15-07:30
- Умывание: 07:40
- Учеба: 08:30-15:20
- Перекус: 15:30
- Занятие спортом: 16:00-18:00
- Отдых: 18:00-19:00
- Выполнение домашних заданий: 19:00-21:00
- Сон: 22:00

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

как это убрать?