



## Режим дня

### Утро

Подъем

6:30

Гигиена

Завтрак

7:30

Начало учебных занятий

8:30

### День

Обед

12:00

Учебные занятия

Завершение учебного дня

15:20

Домашние задания

16:00

### Вечер

Ужин

17:00

Душ

19:00

## **Ночь**

Просмотр фильма

21:00

Сон

23:00

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

как это убрать?