



Режим дня

Режим дня-это определённый распорядок труда, отдыха, питания и сна. Режим-это в первую очередь самодисциплина, добровольное выполнение принятых на себя обязательств.

- подъём в 7:40
- посещение пар в 8:30-13:40
- обед в 14:00-14:20
- отдых в 14:30-17:00
- репетиции по танцам в 18:00-20:00
- ужин в 20:30-20:40
- выполнение домашнего задания в 21:00-23:30
- сон в 00:00-7:40

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

как это убрать?