

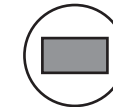
# Mein Lernplan

Woche:

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
vor 8							
8-9							
9-10							
10-11							
11-12							
12-13							
13-14							
14-15							
15-16							
16-17							
17-18							
18-19							
19-20							
ab 20							



Zeit fürs **Lernen**



**Fixe Zeiten**  
(Beruf, Privat)



**Kurszeiten**  
(Präsenz und Online)  
mit Vorbereitung,  
An- und Abreise



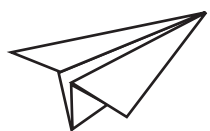
**Pausen**  
einplanen



**Zeitpuffer**  
einplanen

Wenn Sie die **Zeit fürs Lernen** planen, denken Sie an Ihren **Biorhythmus**:

Zu welchen Tageszeiten können Sie sich gut konzentrieren? Wann brauchen Sie Pausen?



Mein Lernziel der Woche: