

## Ein Beispiel-Tagesplan

Zeit	Tätigkeiten
	Wachwerden & Morgenprogramm
9.00 - 11.00	<b>Der Frosch / Startblock</b>
	Kurzpause
11.20 - 12.50	<b>Der Frosch II / Startblock II</b>
	Mittagspause
14.00 - 15.30	<b>Supportblock &amp; Kommunikation</b>
	Kaffeepause, Telefonat privat, etc.
16.00 - 17.30	<b>Block III</b>
	Kurzpause
17.45 - 19.15	<b>Block IV</b>
19.30 - 21.30	Variabel (Essen, Freizeit, Sport, Treffen, Block V)
22.00 - 23.30	Variabel II „Runterkommen“ oder Block VI (leichte Texte, Wdh., lernen)
	Tagesplanung/„persönliche Tagesschau“

