

9.00	Texte lesen		Spaziergang	Übung	Sport		
9.30		Texte lesen				Aufstehen, Bett machen	Aufstehen, Bett machen
10.00					Wiederholung /	Morgenhygiene	Morgenhygiene
10.30	Vorlesung /	Einkaufen und	Vorlesung /		Texte lesen/	Frühstück	Frühstück
11.00	Übung	kleines Mittagessen	Übung	Texte lesen/	Aufgabe bearbeiten		Joggen / Spazieren
11.30				Aufgabe bearbeiten			mit Freund*in
12.00							
12.30	Mittagspause		Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Lernen für die Uni	Gemeinsames
13.00				Einkaufen		/	Mittagessen
13.30	Wiederholung /	Vorlesung /				Nebenjob	
14.00	Aufgabe bearbeiten	Übung	Online Meeting				
14.30				Vorlesung /	Vorlesung /		
15.00				Übung	Übung		Videounterhaltung
15.30							mit Familie
16.00						Einkaufen	
16.30				kleines Abendessen	kleines Abendessen		Lesen

**Strukturieren im Online-Semester  
oder in der Prüfungszeit:  
Tipps und Muster eines Wochenplans**