

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06-08:00							
08-10:00							
10-12:00							
12-14:00							
14-16.00							
16-18:00							
18-20:00							
20-22:00							
22-24:00							

Tage die Tätigkeiten mit unterschiedlichen Farben ein. Grün: Energie spendend, Gelb: Neutral, Rot: Energie raubend