

## ZEITMANAGEMENT – Wochenplan

**Beispiel** (Achtung! Hierbei handelt es sich um keine festen Zeitvorgaben, sondern lediglich um ein fiktives Beispiel!)

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
06:00-08:00							
09:00-11:00	Vorlesung 1	Wohnung putzen	Seminar	Übung 3	V 1: Mitschriften überarbeiten		
11:00-13:00	Vorlesung 2	Tutorium	Vorlesung 4	Vorlesung 1	Ü 1: vorbereiten	V5: nachbereiten	
13:00-14:00	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause		
14:00-16:00	Übung 1	Vorlesung 3	Tutorium vorbereiten	Quellen recherchieren für Seminararbeit	Ü3: vorbereiten	Karteikarten schreiben	
16:00-18:00	V 2: Mitschriften überarbeiten	Seminar	Übung 2				
18:00-20:00		V3: Mitschriften überarbeiten	Vorlesung 5	Vorlesung 3	Fitness		
20:00-22:00	Fußball			Treffen mit Freunden			

**Hinweis:** Die orangefarbenen Felder geben universitäre Veranstaltungen und die grünen Felder Freizeitaktivitäten an, die regelmäßig stattfinden. Regelmäßige universitäre Verpflichtungen als auch Freizeitaktivitäten, die den Kopf frei machen, sollten unbedingt als feste Termine eingetragen werden. Lernen, Vorlesungen wiederholen, Übungen vorbereiten und Co. werden in die Lücken eingetragen.

UHRZEIT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
06:00-08:00							
09:00-11:00							
11:00-13:00							
13:00-14:00							
14:00-16:00							
16:00-18:00							
18:00-20:00							
20:00-22:00							