

23.09.2058 - 29.09.2058

■■■■■■■■: https://xn-----6kccibta1abrvskhtgfldgw4cp2w.xn--p1ai/v2/schedule/

■■■■■■■■■■■, 23.09.2058

1111111111111111

08:00 — ■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■.
11:00 — ■■■■■■■■■■.
12:00 — ■■■■■■■■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■.
13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.
17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■.

■■■■■■■, 24.09.2058

■■■■■■■

08:00 — ■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■.
11:00 — ■■■■■■■■■■.
12:00 — ■■■■■■■■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■.
13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.
17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■■■■■■■■■■.

■■■■■, 25.09.2058

■■■■■

08:00 — ■■■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■.
11:00 — ■■■■■■■■■■.
12:00 — ■■■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■.
13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.
16:00 — ■■■■■■■■ ■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■■■■
17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■■■■■.

Time	Activity Level (approximate)
08:00	45 + 15 + 15 + 15 = 90
11:00	10
12:00	45 + 15 = 60
13:00	5 + 15 = 20
16:00	15 + 15 + 45 = 75
17:00	15 + 45 = 60

■■■■■■■, 26.09.2058

7 of 10

08:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■.
08:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■.
11:00 — ■■■■■■■■.

17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■.

■■■■■■■■, 27.09.2058

7/10/2019

08:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■■■. ■■■■■■.

11:00 — ■■■■■■■■.

12:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■.

13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.

[illegible]

■■■■■■■, 28.09.2058

11/11/2019

08:00 — ██████████ ████████. ████████. ████████.██████████ █ █████, █████
██████ █████ ██████████ ██ █████ ██████.

11:00 — ■■■■■■■■.

12:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■.

13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.

16:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■ ■■■■ ■■■■, ■■■■ ■■■■■■■■■■ ■■■■■ ■■■■■■■■.

17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■. ■■■■■ ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■.

18:45 — ■■■■■■

18:45 — ■■■■■■■■

■■■■■■■■■■, 29.09.2058

1111111111111111

06:15 — ■■■■■■

06:30 — ■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■. ■■■■■.

08:15 — ■■■■■■

08:30 — ■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■. ■■■■■■■■■■.

12:00 — ■■■■■■■■■■■■ ■■■■■■.

13:00 — ■■. ■■■■■■■■■■.

15:00 — ■■■■■■■■.

17:00 — ■■■■■■■■■■ ■■■■■■■■■■.