

Schema

| Tid | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lördag | Söndag |
|-------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| 08 00 | Frukost | Frukost | Frukost | Frukost | Frukost | | Aktiviteter |
| 08 30 | Meditation | Meditation | Meditation | Meditation | Meditation | | |
| 09 00 | Samtal | Samtal | Samtal | Samtal | Samtal | Frukost | |
| 09 30 | | | | | | Samtal | |
| 10 00 | Paus | Paus | Paus | Paus | Paus | | |
| 10 30 | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | Paus | |
| 11 00 | | | | | | Eget.Arb | |
| 11 30 | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | | |
| 12 00 | Lunch | Lunch | Lunch | Lunch | Lunch | Lunch | |
| 12 30 | | | | | | | |
| 13 00 | Siesta | Siesta | Siesta | Siesta | Siesta | Siesta | |
| 13 30 | | | | | | | |
| 14 00 | | | | | | | |
| 14 30 | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | Eget.Arb | Egen tid | |
| 15 00 | | | | | | | |
| 15 30 | | | | | | | |
| 16 00 | Paus | Paus | Paus | Paus | Paus | | |
| 16 30 | Samtal | Samtal | Samtal | Samtal | Samtal | | |
| 17 00 | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | Föreläsning | | |
| 17 30 | Middag | Middag | Middag | Middag | Middag | | |
| 18 00 | | | | | | | |
| 18 30 | Eget.Arb | AA-Möte | Eget.Arb | Eget.Arb | AA-Möte | Eget.Arb | |
| 19 00 | | | | | | | |
| 19 30 | | | | | | | |
| 20 00 | Egen tid | | Egen tid | Egen tid | | Egen tid | Egen tid |
| 20 30 | | | | | | | |
| 21 00 | Avslut/dagen | | Avslut/dagen | Avslut/dagen | | Avslut/dagen | Avslut/dagen |
| 21 30 | | | | | | | |
| 22 00 | | | | | | | |

Eget.Arb = Jobbar med sig själv /läsa/ arbetsuppgifter steg-arbete

Egen tid = Betyder att du skall vara fri från arbetsuppgifter

Aktiviteter : Golf , Sol & Bad, Utflykt mm