

7:00 - 11:00	11:00 - 9:00	9:00 - 8:00	8:00 - 5:30	5h30 - 4:30	4:30 - 2:30	2:30 - 1:30	1:30 - 11:30	11:30 - 11:00	11:00 - 09:00	09:00 - 08:30	08:30 - 7:30
نوم	السمر	العشاء	البيت	استراحة	ويب	غذاء	تحريك	استراحة	رياضة	دائرة الصباح	الافطار
					ورش		رياضة		تحريك		
					تحريك		رياضة		ويب		
	رحلة								رحلة		
	السمر	العشاء	البيت	استراحة	رياضة	غذاء	تحريك	استراحة	ورش		
					تحريك		ويب		رياضة		
					رياضة		تحريك		ورش		
					ورش		رياضة		تحريك		
					تحريك		ويب		ورش		
					ويب		تحريك		رياضة		
ورش					رياضة		تحريك				