

WOCHENPLAN _____

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
+ 10							
+ 9							
+ 8							
+ 7							
+ 6							
+ 5							
+ 4							
+ 3							
+ 2							
+ 1							
- 1							
- 2							
- 3							
- 4							
- 5							
- 6							
- 7							
- 8							
- 9							
- 10							