

	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	Vrijdag	zaterdag	Zondag
05.00							
06.00		fitness			Fitness		
07.00							
08.00							
09.00							
10.00	Fitness						
11.00				Fitness			
12.00				Lunch preppen		Voetbal	
13.00							
14.00							
15.00							
16.00	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen	Food logboek volgende dag invullen
17.00							Evaluatie + Weekplanning