

Övning 123  
Aktivitetsplan

www.kbtterapi.se

|       | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lördag | Söndag |
|-------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|
| 7-8   |        |        |        |         |        |        |        |
| 8-9   |        |        |        |         |        |        |        |
| 9-10  |        |        |        |         |        |        |        |
| 10-11 |        |        |        |         |        |        |        |
| 11-12 |        |        |        |         |        |        |        |
| 12-13 |        |        |        |         |        |        |        |
| 13-14 |        |        |        |         |        |        |        |
| 14-15 |        |        |        |         |        |        |        |
| 15-16 |        |        |        |         |        |        |        |
| 16-17 |        |        |        |         |        |        |        |
| 17-18 |        |        |        |         |        |        |        |
| 18-19 |        |        |        |         |        |        |        |
| 19-20 |        |        |        |         |        |        |        |
| 20-21 |        |        |        |         |        |        |        |
| 21-22 |        |        |        |         |        |        |        |
| 22-23 |        |        |        |         |        |        |        |
| 23-24 |        |        |        |         |        |        |        |