

WIE DEIN PERFEKTER TAG FÜR DIE KLAUSURPHASE AUSSEHEN KANN!

Wecker klingelt um 6:30 Uhr

- Aufstehen und Zimmer lüften
- Großes Glas Wasser trinken
- Ein paar Liegestütze machen
- Im Bad fertig machen und Lieblings-Playlist hören
- Gesundes und reichhaltiges Frühstück
- Fahrt zur Uni-Bibliothek
- Fokus auf Grundverständnis der Aufgaben legen

Start des ersten 90-Minuten-Blocks um 8:30 Uhr

- Zwei Übungsblätter durchrechnen
- Viertelstunde Pause mit Wasser auffüllen und an die frische Luft gehen
- Zweiter 90-Minuten-Block: Altklausur durchrechnen

Mittagspause um 11:45 Uhr mit Kommiliton:innen

- Rückkehr nach Hause für ungestörten Nachmittag

Start des nächsten 90-Minuten-Blocks um 13 Uhr

- Zusammenfassung von drei Kapiteln des Skriptes und anschließende Wiederholung
- Nachmittagssnack und Entspannungsübung

Drei Pomodoro-Blöcke um 15 Uhr zur Vertiefung und Wiederholung der Inhalte

- Kurze Pause
- Letzte einstündige Session zum Durchgehen der wichtigsten Unterlagen
- Reflexionsfragen stellen
- Sieben Stunden gelernt, alle Ziele erreicht

Beendigung des Lerntags um 18 Uhr

- Kurze Sporteinheit nach dem Lernen
- Treffen mit Kommiliton:innen zum entspannten Abendessen
- Zwei Folgen der Lieblingsserie anschauen

Schlafenszeit um 22:30 Uhr