

ONDERBOUW

Normaal ritme		50 min			Verkort ritme		40 min	
Dagstart	1	8.45	8.50		Dagstart	1	8.45	8.50
	2	8.50	9.40			2	8.50	9.30
	3	9.40	10.30			3	9.30	10.10
	4	10.30	11.20			4	10.10	10.50
PAUZE		11.20	11.55		PAUZE		10.50	11.25
	5	11.55	12.45			5	11.25	12.05
	6	12.45	13.35			6	12.05	12.45
PAUZE		13.35	14.00			7	12.45	13.25
	7	14.00	14.50			8	13.25	14.05
	8	14.50	15.40			9	14.05	14.45
PAUZE		15.40	15.55					
	9	15.55	16.45					