

# Wie haltet ihr euch wach/ stellt ihr eure Leistungsfähigkeit wieder her?

Beitrag von „dance“ vom 8. September 2005 10:27

[schlauby](#) wieso verplanst du denn den Montag vormittag? musst du nichts mehr unterrichten?  
@all und wie läuft euer Tag um 14 Uhr sowas sagen wir mal kommt ihr von der Schule heim oder? und wenn ihr dann mittag und abendessen hab zwdurch wie lange sitzt ihr dann da wenn ihr durcharbeitet und euch danach entspannen wollt? schafft man das während dem "normalem" Referendariat, wenn man gleich wenn man heimkommt von der Schule bis auf Essen durcharbeitet bis 17 Uhr fertig zu sein? schafft man es in den Prüfungsstresszeiten wenn man ebenfalls durcharbeitet bis 19 Uhr fertig zu sein? Hoffentlich! Hab voll Angst dass ich das nicht schaffe und dann gehe ich ein ich brauche Abends meine Entspannung sonst schaff ich gar nix ich brauch die Entspannung auch am Stück nicht immer ne halbe Stunde zwrein.  
\*schonjetztangstvorreferendariathat\*