

# Was ist ein schlechter Stundenplan?

**Beitrag von „CDL“ vom 26. Januar 2021 18:54**

Ich nein (auch im Ref nicht). Ich kann eine überschaubare Zahl an Freistunden sehr effektiv nutzen. Wenn es aber zu viele werden, fehlen mir dadurch wichtige Erholungszeiten zuhause, was sich gesundheitlich bemerkbar macht. Dieses Jahr habe ich 5 Hohlstnden, einmal drei (da fahre ich immer nachhause, esse etwas, weil es danach bis kurz vor zwei geht, trinke einen Espresso, geh mit dem Hund spazieren,...), zweimal eine (Spaziergang mit dem Hund an Hundschultagen, sonst Korrekturen, Tee trinken, schnacken mit KuK, kopieren für die nächste Woche). Die liegen für mich super und stellen keine Be- sondern eine Entlastung dar.