










Wilk



Zegar dobowy

-  6:00 Łącz informacje
-  7:00 Zważ się, Pobudka,
Poszukuj pomysłów
-  8:00 Rozmawiaj o planach/pomysłach, Pośpij
dłużej, Śniadanie, Objadaj się,
-  9:00 Zrób mammografię, Pisz,
Zaloguj się
-  10:00 Uprawiaj seks, Wzbogać się,
Gry na przenikliwość
-  11:00 Idź do łazienki, Podróż do pracy
-  12:00 Maile prywatne, Idź na rozmowę
o pracę





Wilk



Zegar dobowy

-  13:00 Obiad, napij się kawy
 -  14:00 Drzemka
 -  15:00 Kupuj
 -  16:00 Przekąska, Maile służbowe, Dobij targu, Sprzedawaj
 -  17:00 Zaszczep się na grypę, Sesja z terapeutą, Poproś o podwyżkę, Dzwoń z ofertami, Prezentuj swoje pomysły
 -  18:00 Zbieraj informacje i ustalaj plany, Idź pobiegać, Odtwarzanie pamięciowe, Redaguj
 -  19:00 Sporty zespołowe, Trening siłowy, Powrót z pracy, Maratony filmowe
- 



Wilk



Zegar dobowy

-  20:00 Któżnia z partnerem, Porozmawiaj z dziećmi,
-  21:00 Kolacja, Muzyka
Zadzwoń do przyjaciela, Napij się,
naucz się czegoś nowego
-  22:00 Uprawiaj seks, Joga, Podejmuj decyzje,
Gry strategiczne i losow, Opowiedz żart
-  23:00 Zakochaj się, Gorąca kąpiel, Poszukuj
pomysłów, Wzbogać się, Wyłoguj się,
Godzina bez prądu, Czytaj dla przyjemności
-  24:00 Pora spać
-  1:00 Podróżuj (lot nocny)
-  3:00 Walcz z chorobą
-  5:00 Konsolidacja pamięci

