

لیست برنامه ریزی برای تمرین آهنگ ها

هفته اول

ایام هفته	نام آهنگ	۳۰ دقیقه اول	۳۰ دقیقه دوم	۳۰ دقیقه سوم
شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
یکشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
دوشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
سه شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
چهارشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
پنج شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
جمعه		از : تا :	از : تا :	از : تا :

نام آهنگها :

هفته دوم

ایام هفته	نام آهنگ	۳۰ دقیقه اول	۳۰ دقیقه دوم	۳۰ دقیقه سوم
شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
یکشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
دوشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
سه شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
چهارشنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
پنج شنبه		از : تا :	از : تا :	از : تا :
جمعه		از : تا :	از : تا :	از : تا :

نام آهنگها :