

memore Care Trainingsplan

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
 _____	 _____	 _____	 _____	 _____	 _____	 _____

memore Care Trainingsplan

Tag 1: _____

	4 Spielende	5 Spielende	6 Spielende
Briefträger	12 min	15 min	18 min
Kegeln	12 min	15 min	18 min
Singen (3 Lieder)	9 min	9 min	9 min
Gesamtdauer	33 min	39 min	45 min

Tag 2: _____

	4 Spielende	5 Spielende	6 Spielende
Sonntagsfahrt	12 min	15 min	18 min
Tischtennis	12 min	15 min	18 min
Tanzen	6 min	9 min	9 min
Gesamtdauer	30 min	39 min	45 min

Tag 3: _____

	4 Spielende	5 Spielende	6 Spielende
Briefträger/Sonntagsfahrt	12 min	15 min	18 min
Kegeln/Tischtennis	12 min	15 min	18 min
Singen/Tanzen	9 min	6/9 min	6/9 min
Gesamtdauer	33 min	36/39 min	42/45 min

Tag 4: _____ (Optional)

	4 Spielende	5 Spielende	6 Spielende
Briefträger	12 min	15 min	18 min
Kegeln	12 min	15 min	18 min
Singen (3 Lieder)	9 min	9 min	9 min
Gesamtdauer	33 min	36/39 min	42/45 min