





キャリアアップを目指す久麗香さん(27歳)の場合 (S社 財務部に勤務中)

2010年1月~
2010年11月まで
週学習時間●9~12時間

仕事も恋愛も素敵でありたいと思っている彼女は、更に充実した私で、ありたいと願い受講をスタートさせる場合

	5:00	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00
月~金	起床	朝食	勉強時間・入社			会社		昼食		会社			退社	夕食	フリー	勉強	入浴他	就寝		
	軽くヨガに取り組み、朝食を取り 練習問題を解いてから入社 通勤時間はipodで復習						近くのカフェで 昼食をとりながら 問題集を解く				帰りの電車も ipodで復習		TVを見ながら 彼氏とメール		練習問題の 復習		明日の為に 早目に休む			
土曜日	起床	朝食	復習	1級講義DVD視聴		昼食	1級講義DVD視聴		休憩	当日分の復習			夕食	フリー(スポーツジム)		入浴他	就寝			
日曜日	起床(睡眠時間を確保)			朝食他		昼食	フリー(彼氏とショッピング等深呼吸の時間)					夕食	入浴他	来週の行程確認		就寝				