

Weekly Architecture Planner

Week Beginning

This Week's Top Priorities

1	
2	
3	

Your Foundations/Rocks:

- Sleep
- Movement
- Meals
- Recovery
- Family/Personal time



Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
06:00	■	■	■	■	■	■	■
06:30	■	■	■	■	■	■	■
07:00	■	■	■	■	■	■	■
07:30	■	■	■	■	■	■	■
08:00	■	■	■	■	■	■	■
08:30	■	■	■	■	■	■	■
09:00	■	■	■	■	■	■	■
09:30	■	■	■	■	■	■	■
10:00	■	■	■	■	■	■	■
10:30	■	■	■	■	■	■	■
11:00	■	■	■	■	■	■	■
11:30	■	■	■	■	■	■	■
12:00	■	■	■	■	■	■	■
12:30	■	■	■	■	■	■	■
13:00	■	■	■	■	■	■	■
13:30	■	■	■	■	■	■	■
14:00	■	■	■	■	■	■	■
14:30	■	■	■	■	■	■	■
15:00	■	■	■	■	■	■	■
15:30	■	■	■	■	■	■	■
16:00	■	■	■	■	■	■	■
16:30	■	■	■	■	■	■	■
17:00	■	■	■	■	■	■	■

17:30	■	■	■	■	■	■	■
Time	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
18:00	■	■	■	■	■	■	■
18:30	■	■	■	■	■	■	■
19:00	■	■	■	■	■	■	■
19:30	■	■	■	■	■	■	■
20:00	■	■	■	■	■	■	■
20:30	■	■	■	■	■	■	■
21:00	■	■	■	■	■	■	■
21:30	■	■	■	■	■	■	■
22:00	■	■	■	■	■	■	■
22:30	■	■	■	■	■	■	■

Reflection

What will make this week successful?

What can wait until next week?