

30-Tage-Musterdiagramm 'Tägliche Übedauer'

In diesem Beispiel hat eine Musikstudentin ihre durchschnittliche Solo-Übezeit pro Woche allmählich erhöht und auch etwas mehr Regelmäßigkeit im Üben erzielt. Zu Beginn der 30-tägigen Periode übte sie 1-2.5 Stunden/Tag und kam auf einen Schnitt von weniger als 2 Stunden/Tag. In der letzten Monatswoche hatte sie ihr Tagespensum bereits auf 2-3 Stunden gesteigert und eine durchschnittliche Übedauer von 2.5 Stunden/Tag erreicht. Man beachte, dass sie Samstags oder Sonntags weniger geübt hat.

Name: Anonyme Studentin

Startdatum: 3. Januar 2011

Enddatum: 1. Februar 2011

