

الجدول الأسبوعي د.إيمان الدوسري

| 2:50-1 | 1-12 | 11:50-10 | 9:50-8 | اليوم |
|---------|-------------|--------------|--------------|----------|
| 560 كيم | ساعة مكتتية | 344 كيم | 342 كيم | الأحد |
| 499 كيم | | | | الاثنين |
| | | ساعات مكتتية | | الثلاثاء |
| | | ساعات مكتتية | ساعات مكتتية | الأربعاء |
| | | ساعات مكتتية | 240 كيم | الخميس |