**Timeplan – dagsrytme**  2025 - 2026

  1. – 4. trinn:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|      | Måndag   | Tysdag    | Onsdag    | Torsdag   | Fredag   |
| 1 time   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   |
| Friminutt 15 min   |    |    |    |    |    |
| 2 time   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   |
| Friminutt 45 min   |    |    |    |    |    |
| 3 time   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1315   | 1145 – 1315   | 1145 – 1230   |

  5. – 7. trinn

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|      | Måndag   | Tysdag    | Onsdag    | Torsdag   | Fredag   |
| 1 time   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   |
| Friminutt 15 min   |    |    |    |    |    |
| 2 time   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   |
| Friminutt 45 min   |    |    |    |    |    |
| 3 time   | 1145 – 1245   | 1145 – 1300   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 4 time   | 1255 - 1355   |    | 1255 – 1355   |    | 1255 – 1355    |

  8. trinn:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|      | Måndag   | Tysdag    | Onsdag    | Torsdag   | Fredag   |
| 1 time   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   |
| Friminutt 15 min   |    |    |    |    |    |
| 2 time   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   |
| Friminutt 45 min   |    |    |    |    |    |
| 3 time   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 4 time   | 1255 - 1425   |    | 1255 – 1355   |    | 1255 – 1355    |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 5 time   |    |    | 1405 - 1505   |    |    |

Ny dagsrytme 9. trinn:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|      | Måndag   | Tysdag    | Onsdag    | Torsdag   | Fredag   |
| 1 time   | 0815 – 0945   | 0815 – 0930   | 0815 – 0945   |   0815 – 0930 | 0815 – 0945   |
| Friminutt 15 min   |    |   NB: |    |   NB: |    |
| 2 time   | 1000 – 1100   | 0945 – 1100   | 1000 – 1100   |  0945 – 1100   | 1000 – 1100   |
| Friminutt 45 min   |    |    |    |    |    |
| 3 time   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 4 time   | 1255 - 1425   |    | 1255 – 1355   |    | 1255 – 1355    |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 5 time   |    |    | 1405 - 1505   |    |    |

Ny dagsrytme 10. trinn:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|      | Måndag   | Tysdag    | Onsdag    | Torsdag   | Fredag   |
| 1 time   | 0845 – 0945   | 0800 – 0945   | 0815 – 0945   | 0815 – 0945   | 0800 – 0945   |
| Friminutt 15 min   |    |    |    |    |    |
| 2 time   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   | 1000 – 1100   |
| Friminutt 45 min   |    |    |    |    |    |
| 3 time   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   | 1145 – 1315   | 1145 – 1245   |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 4 time   | 1255 - 1425   |    | 1255 – 1355   |    | 1255 – 1355    |
| Friminutt 10 min   |    |    |    |    |    |
| 5 time   |    |    | 1405 - 1505   |    |    |