

| MON | TUE | WEN | THU | FRI | SAT | SUN |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| X | X | X | X | X | X | X |
|---|---|---|---|---|---|---|

| MON | TUE | WEN | THU | FRI | SAT | SUN |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

| | | | | | | |
|---|--|--|--|---|--|--|
| X | | | | X | | |
|---|--|--|--|---|--|--|

| MON | TUE | WEN | THU | FRI | SAT | SUN |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|--|
| | | | | X | X | |
|--|--|--|--|---|---|--|

| MON | TUE | WEN | THU | FRI | SAT | SUN |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

| | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|
| | | X | | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|

Once a week
Twice a week
Every day
On weekends