Overzichtslijst weging

ONTSPANNING -1 , 30 min *Tot rust laten komen*	Duur	Punten	LICHT 1 per 30 min. *Gemakkelijk, gering*	Duur	Punten	GEMIDDELD 2 per 30 min. *Tussen licht en zwaar*	Duur	Punten	ZWAAR 3 per 30 min. *Moeilijk in één of ander opzicht*	Duur	Punten

Overzichtslijst weging

ONTSPANNING -1 , 30 min *Tot rust laten komen*	Duur	Punten	LICHT 1 per 30 min. *Gemakkelijk, gering*	Duur	Punten	GEMIDDELD 2 per 30 min. *Tussen licht en zwaar*	Duur	Punten	ZWAAR 3 per 30 min. *Moeilijk in één of ander opzicht*	Duur	Punten