

Distribua repertório, tática, finais, partidas e revisão com consistência.

Dia	Tema principal	Tempo	Posição/partida	Nota de revisão
Segunda				
Terça				
Quarta				
Quinta				
Sexta				
Sábado				
Domingo				

Regra simples: pouco estudo repetido várias vezes costuma render mais que uma sessão longa sem revisão.