

WEEK	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
0	Not Powerful 😞						
1	DAY1 (Odd)	REST	DAY2 (Odd)	REST	DAY3 (Odd)	DAY4 (Odd)	REST
2	DAY1 (Even)	REST	DAY2 (Even)	REST	DAY3 (Even)	DAY4 (Even)	REST
3	DAY1 (Odd)	REST	DAY2 (Odd)	REST	DAY3 (Odd)	DAY4 (Odd)	REST
4	DAY1 (Even)	REST	DAY2 (Even)	REST	DAY3 (Even)	DAY4 (Even)	REST
5	DAY1 (Odd)	REST	DAY2 (Odd)	REST	DAY3 (Odd)	DAY4 (Odd)	REST
6	DAY1 (Even)	REST	DAY2 (Even)	REST	DAY3 (Even)	DAY4 (Even)	REST
7	Powerful AF 💪						