



GMS Self Study Planner

Week
1

Day	Step 1 Repeat (GMS-A)	Step 2 Dictation (GMS-C)	Step 3 Recording (GMS-C)	Step 4 Interpreting (GMS-B)
1	Sentences: 1 - 50 ☐	Sentences: X	Sentences: X	Sentences: X
2	51 - 100 ☐	1 - 50 ☐	X	X
3	101 - 150 ☐	51 - 100 ☐	1 - 50 ☐	X
4	151 - 200 ☐	101 - 150 ☐	51 - 100 ☐	1 - 50 ☐
5	201 - 250 ☐	151 - 200 ☐	101 - 150 ☐	51 - 100 ☐

Week
2

Day	Step 1 Repeat (GMS-A)	Step 2 Dictation (GMS-C)	Step 3 Recording (GMS-C)	Step 4 Interpreting (GMS-B)
1	Sentences: 251 - 300 ☐	Sentences: 201 - 250 ☐	Sentences: 151 - 200 ☐	Sentences: 101 - 150 ☐
2	301 - 350 ☐	251 - 300 ☐	201 - 250 ☐	151 - 200 ☐
3	351 - 400 ☐	301 - 350 ☐	251 - 300 ☐	201 - 250 ☐
4	401 - 450 ☐	351 - 400 ☐	301 - 350 ☐	251 - 300 ☐
5	451 - 500 ☐	401 - 450 ☐	351 - 400 ☐	301 - 350 ☐



GMS Self Study Planner

Week
3

Day	Step 1 Repeat (GMS-A)	Step 2 Dictation (GMS-C)	Step 3 Recording (GMS-C)	Step 4 Interpreting (GMS-B)
1	Sentences: 501 - 550 ☐	Sentences: 451 - 500 ☐	Sentences: 401 - 450 ☐	Sentences: 351 - 400 ☐
2	551 - 600 ☐	501 - 550 ☐	451 - 500 ☐	401 - 450 ☐
3	601 - 650 ☐	551 - 600 ☐	501 - 550 ☐	451 - 500 ☐
4	651 - 700 ☐	601 - 650 ☐	551 - 600 ☐	501 - 550 ☐
5	701 - 750 ☐	651 - 700 ☐	601 - 650 ☐	551 - 600 ☐

Week
4

Day	Step 1 Repeat (GMS-A)	Step 2 Dictation (GMS-C)	Step 3 Recording (GMS-C)	Step 4 Interpreting (GMS-B)
1	Sentences: 751 - 800 ☐	Sentences: 701 - 750 ☐	Sentences: 651 - 700 ☐	Sentences: 601 - 650 ☐
2	801 - 850 ☐	751 - 800 ☐	701 - 750 ☐	651 - 700 ☐
3	851 - 900 ☐	801 - 850 ☐	751 - 800 ☐	701 - 750 ☐
4	901 - 950 ☐	851 - 900 ☐	801 - 850 ☐	751 - 800 ☐
5	951 - 1000 ☐	901 - 950 ☐	851 - 900 ☐	801 - 850 ☐