

時間割

新型コロナの収束まで室内換気を考慮し以下のように時間割を変更しました。

固定

01:30～01:50（20分ポーズ）
（ポーズ決定の1分ポーズ5回を含む）

10分休憩

02:00～02:15（15分ポーズ）

10分休憩

02:25～02:40（15分ポーズ）

15分休憩

02:55～03:10（15分ポーズ）

10分休憩

03:20～03:35（15分ポーズ）

10分休憩

03:45～04:00（15分ポーズ）

クロッキー

01:30～01:45（15分ポーズ）

10分休憩

01:55～02:10（15分ポーズ）

10分休憩

02:20～02:35（15分ポーズ）

15分休憩

02:50～03:05（15分ポーズ）

10分休憩

03:15～03:35（5分ポーズ×4回）

10分休憩

03:45～04:00（5分ポーズ×3回）