

湖南应用技术学院 2020 年冬季作息时间表

起 床	6:00
晨 练	6:00—6:30
早 餐	6:30—7:30
英语早读	7:00 —7:50
第一节课	8:00—8:45
第二节课	8:55—9:40
第三节课	10:00—10:45
第四节课	10:55—11:40
午 餐	11:40—12:30
午 休	12:30—14:20
预 备	14:20
第五节课	14:30—15:15
第六节课	15:25—16:10
第七节课	16:20—17:05
第八节课或课外活动	17:15—18:00
晚 餐	18:00—19:00
第九节课	19:00—19:45
第十节课	19:55—20:40
第十一节课	20:50—21:35
就 寝	22:00

说明:

1. 如晚上有课，请按照第九、十、十一节课的作息时间表上课；
2. 晚自习：请参照第九、十节课作息。
3. 图书馆开放时间：周一至周六 8:00 ——20:40
周 日 9:00 ——17:00
自修室 24 小时开放
4. 机关作息时间：上午 8:00—11:40 下午 14:30—17:30
5. 本作息时间表从 10 月 1 日起执行。

湖南应用技术学院党政办公室

2020 年 9 月 30 日

党政办公室

