附件4：

湖南农业大学2021级新生军训作息时间安排表

|  |  |
| --- | --- |
| 内 容 | 时 间 |
| 起 床 | 06:00 |
| 整理内务及洗漱 | 06:00—06:50 |
| 早 餐 | 07:00—07:50 |
| 上午操课 | 08:00—11:40 |
| 午 餐 | 11:50—12:50 |
| 午 睡 | 13:00—14:00 |
| 下午操课 | 14:30—17:40 |
| 晚餐及自由活动 | 17:50—19:20 |
| 晚间活动 | 19:30—21:10 |
| 晚点名及讲评 | 21:10—21:20 |
| 洗 漱 | 21:30—22:20 |
| 就 寝 | 22:30 |

备注:如需调整，另行通知。