

## 臺北市立中正高級中學113學年度第二學期教師課表

604 黃羿綦 319導師

基12 減1 兼2 輔5 總19

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1	0810 0900		運動傷害 與保健五 319	體育 319 體02		運動貼紮實作 319
2	0910 1000					運動貼紮實作 319
3	1010 1100					
4	1110 1200					
5	1310 1400	運動傷害 與保健五 319	自主學習 319		自主學習 319	自主學習 319
6	1410 1500	專項體能訓練 319	專項體能訓練 319	專項技術訓練 319	專項技術訓練 319	團體活動二 319
7	1515 1605	專項體能訓練 319	專項體能訓練 319	專項技術訓練 319	專項技術訓練 319	團體活動一 319
8	1615 1705	專戰.輔 319	專戰.輔 319	專戰.輔 319	專戰.輔 319	專戰.輔 319

註1：

319 自主 3

319 專技 4

319 專訓 4

319 專戰 5

319 運貼 2

319 運保 2

319 團一 1

319 團二 1

319 體育 1