

()과정 생활일과표

구 분	내 용	시 간		비 고
오 전	기 상	07:00		
	아침체조 및 세면	07:00 ~ 07:50	50분	운동장
	아침식사	07:50 ~ 08:20	30분	
	자 습	08:20 ~ 08:50	30분	대기실 및 강의실
	훈련출장	08:50 ~ 09:00	10분	
	오전훈련	09:00 ~ 11:50	2시간50분	
오 후	중 식	11:50 ~ 12:50	60분	
	훈련출장	12:50 ~ 13:00	10분	
	오후훈련	13:00 ~ 16:50	3시간50분	
	석식 및 세면	17:00 ~ 18:00	60분	
	자유시간	18:00 ~ 19:00	60분	
	자율학습	19:00 ~ 21:00	2시간	대기실 및 강의실
	일과점검 준비	21:00 ~ 21:30	30분	
	일과점검	21:30 ~ 22:00	30분	
	취 침	22:00		