

2024 ~ 2025学年第一学期娄葑学校课外活动安排表（中学部）2024 · 09

班 级	星 期 一		星 期 二		星 期 三		星 期 四		星 期 五	
	活动内容	教 师	活动内容	教 师	活动内容	教 师	活动内容	教 师	活动内容	教 师
七（1）	篮排球	李紫如	社团	社团 指导老师	长跑	李紫如	跳绳	李紫如	社团	社团 指导老师
七（2）	篮排球	徐梦			长跑	徐梦	跳绳	徐梦		
七（3）	篮排球	张楚璇			长跑	张楚璇	跳绳	张楚璇		
七（4）	篮排球	韦月琴			长跑	韦月琴	跳绳	韦月琴		
七（5）	跳绳	陈思			篮排球	陈思	长跑	陈思		
七（6）	跳绳	张胜楠			篮排球	张胜楠	长跑	张胜楠		
七（7）	跳绳	杜冰雁			篮排球	杜冰雁	长跑	杜冰雁		
七（8）	跳绳	杨晴晴			篮排球	杨晴晴	长跑	杨晴晴		
七（9）	长跑	白鸿坤			跳绳	白鸿坤	篮排球	白鸿坤		
七（10）	长跑	张佳凝			跳绳	张佳凝	篮排球	张佳凝		
七（11）	长跑	武周			跳绳	武周	篮排球	武周		
八（1）	跳绳	梁淑玉	社团	社团 指导老师	长跑	梁淑玉	篮排球	梁淑玉	社团	社团 指导老师
八（2）	跳绳	刘晓彤			长跑	刘晓彤	篮排球	刘晓彤		
八（3）	跳绳	富露露			长跑	富露露	篮排球	富露露		
八（4）	跳绳	张亚丽			长跑	张亚丽	篮排球	张亚丽		
八（5）	长跑	龚艳婷			篮排球	龚艳婷	跳绳	龚艳婷		
八（6）	长跑	王曼			篮排球	王曼	跳绳	王曼		
八（7）	长跑	郝合扬			篮排球	郝合扬	跳绳	郝合扬		
八（8）	长跑	曹威			篮排球	曹威	跳绳	曹威		
八（9）	篮排球	邢亚茹			跳绳	邢亚茹	长跑	邢亚茹		
八（10）	篮排球	徐璐			跳绳	徐璐	长跑	徐璐		
九（1）	立定跳远及腿部素质	谭文俊	长跑及测试	谭文俊	排球垫球	谭文俊	自由活动	谭文俊	跳绳及仰卧起坐	谭文俊
九（2）	跳绳及仰卧起坐	刘子怡	自由活动	刘子怡	长跑及测试	刘子怡	排球垫球	刘子怡	长跑及测试	刘子怡
九（3）	足球绕杆	余盛澜	立定跳远及腿部素质	余盛澜	自由活动	余盛澜	跳绳及仰卧起坐	余盛澜	排球垫球	余盛澜
九（4）	排球垫球	张亚玲	跳绳及仰卧起坐	张亚玲	足球绕杆	张亚玲	自由活动	张亚玲	立定跳远及腿部素质	张亚玲
九（5）	长跑及测试	王丹	自由活动	王丹	足球绕杆	王丹	排球垫球	王丹	立定跳远及腿部素质	王丹
九（6）	自由活动	吴壮	排球垫球	吴壮	跳绳及	吴壮	排球垫球	吴壮	足球绕杆	吴壮
九（7）	足球绕杆	王佳宁	跳绳及仰卧起坐	王佳宁	排球垫球	王佳宁	自由活动	王佳宁	立定跳远及腿部素质	王佳宁
九（8）	足球绕杆	蒋昊	排球垫球	蒋昊	立定跳远及腿部素质	蒋昊	排球垫球	蒋昊	自由活动	蒋昊
九（9）	足球绕杆	张甜甜	排球垫球	张甜甜	排球垫球	张甜甜	立定跳远及腿部素质	张甜甜	排球垫球	张甜甜
九（10）	跳绳及仰卧起坐	马樱子	自由活动	马樱子	自由活动	马樱子	立定跳及腿部素质	马樱子	足球绕杆	马樱子