



コスタリカ共和国 体育隊員 水曜日の活動

5:15 起床

水曜日は小学校で体育の授業。朝6時15分頃に活動先の校長先生が自宅に迎えに来るので、それまでに支度。

11:40 昼食

1コマ80分の授業、コマごとに20分間の休憩。

それを3コマを終えて、昼ごはん。

コスタリカは、授業が二部制なので午前の組は、昼食を食べて帰宅。午後の組は、昼ごはんを食べてから授業。

実際の昼食



14:00-15:30 休憩

次の活動に向けしばし休憩。用具の準備と仮眠。

16:00-19:00 ボクシング指導

16時のバスで30分かけて活動地へ。

17時から18時30分までボクシングの指導をし、19時のバスで帰宅。



7:00 授業開始

活動先まで車で2、30分。6時45分頃、学校に到着。

生徒と一緒に朝ごはん。(ミルクとビスケット)

コスタリカは、朝も給食が出るみたい。

そして、なんと7時から1時間目の授業が開始。

コスタリカの朝は早いのだ。



日差しが強い日や雨の日は屋根の下で授業

13:20 帰宅

13時20分に授業を終えて、次の活動の準備のため、バスで帰宅。

バスは1時間に一本のため、度々タクシーで帰る。

バスとタクシーはなぜか同じ値段… 笑

19:30 自由時間

帰宅後、夕ご飯を食べたり、たべなかつたり。

お湯は出ないので、水シャワーを浴びる。

21:30 自由時間

疲れ切って、21時30分頃就寝。