

令和5年度5月

活動計画

学校名	運動部名
希望が丘高等特別支援学校	ウエイトリフティング部

5 月 ※ 練習時間は、準備や後片付け等を含めた時間

日	曜	活動予定				大会名等	
		練習時間		時間計	活動種別		
1	月		～				
2	火		～				部活なし
3	水		～				
4	木		～				
5	金		～				
6	土		～				
7	日		～				
8	月	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
9	火		～				部活なし
10	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
11	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習 (校内)	
12	金	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
13	土	8:30	～	11:00	2:30	①練習 (校内)	
14	日		～				
15	月	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
16	火	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
17	水		～				部活なし
18	木		～				
19	金		～				
20	土		～				
21	日		～				体育祭
22	月		～				
23	火	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
24	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
25	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習 (校内)	
26	金	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
27	土	8:30	～	11:00	2:30	①練習 (校内)	
28	日		～				
29	月		～				部活なし
30	火		～				
31	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習 (校内)	
行事等							