令和7年度4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

４　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	火		～				
2	水		～				
3	木		～				
4	金		～				
5	土		～				
6	日		～				
7	月		～				
8	火		～				
9	水		～				
10	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習（校内）	
11	金		～				
12	土		～				
13	日		～				
14	月		～				
15	火		～				
16	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
17	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習（校内）	
18	金		～				
19	土		～				
20	日		～				
21	月		～				
22	火	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
23	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
24	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習（校内）	
25	金	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
26	土		～				
27	日		～				
28	月	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
29	火		～				
30	水	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
			～				

行事等	