

令和8年度10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

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