

令和5年度8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

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