

令和6年度7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

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