

令和6年度11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

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