

令和6年度1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

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