令和7年度5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

5　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		～				
2	金	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
3	土		～				
4	日	7:30	～	16:00	8:30	⑥大会（その他）	
5	月		～				
6	火		～				
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	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
13	火	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
14	水		～				
15	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習（校内）	
16	金	16:00	～	17:00	1:00	①練習（校内）	
17	土		～				
18	日		～				体育祭
19	月		～				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		～				
28	水		～				
29	木	15:30	～	17:00	1:30	①練習（校内）	
30	金		～				
31	土		～				
行事等							