令和7年度9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

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