

令和8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	金	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
2	土					
3	日	7:30 ~ 16:00	8:30	④試合 (校外)	憲法記念日	
4	月				みどりの日	
5	火				こどもの日	
6	水				振替休日	
7	木	15:30 ~ 17:00	1:30	①練習 (校内)		
8	金					
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					
14	木	15:30 ~ 17:00	1:30	①練習 (校内)		
15	金	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
16	土					
17	日				体育祭	
18	月				代休	
19	火					
20	水					
21	木	15:30 ~ 17:00	1:30	①練習 (校内)		
22	金	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
23	土					
24	日					
25	月	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
26	火	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
27	水	16:00 ~ 17:00	1:00	①練習 (校内)		
28	木					
29	金					
30	土					
31	日					
行事等						