

令和6年度10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

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