

令和7年度3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

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