

令和5年度 **6** 月 活動計画

部活動名	ウエイトリフティング部	代表顧問名	川崎さと美
------	-------------	-------	-------

日	曜	公式戦・練習試合・合宿等	平日の練習		考査前 (中)練習	休日の活動		休養日	備考
			朝練習	平常練習		午前	午後		
1	木		○	○					
2	金		○	○					
3	土	インターハイ予選女子(京都市)							
4	日	インターハイ予選男子(京都市)							
5	月							○	
6	火		○	○					
7	水		○	○					
8	木		○	○					
9	金		○	○					
10	土							○	
11	日					○	○		
12	月		○	○					
13	火		○	○					
14	水		○	○					
15	木		○	○					
16	金	近畿大会(滋賀県)	○	○					
17	土	↓				○			
18	日	↓						○	
19	月		○	○					
20	火		○	○					
21	水		○	○					
22	木		○		○				考査1週間前
23	金		○		○				
24	土	宮崎県交流試合(選抜選手)						○	
25	日	↓						○	
26	月		○		○				
27	火		○		○				
28	水		○		○				
29	木				○				期末考査①
30	金				○				期末考査②

月間休養日合計	5	日
---------	---	---