

令和5年度 **8** 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	火						○		学校説明会(中学生)
2	水						○		学校説明会(中学生)
3	木						○		学校説明会(中学生)
4	金					○	○		
5	土					○	○		
6	日					○			
7	月					○			
8	火					○			
9	水					○			
10	木							○	
11	金							○	
12	土							○	
13	日							○	
14	月							○	
15	火							○	
16	水							○	
17	木					○			
18	金	京都府強化練習会				○	○		
19	土	↓				○	○		
20	日	↓				○	○		
21	月							○	
22	火					○			
23	水					○			
24	木					○			
25	金					○			
26	土	日韓中交流試合(和歌山県)				○			
27	日	↓						○	
28	月		○	○					始業式
29	火		○	○					
30	水		○	○					
31	木		○	○					

月間休養日合計	9	日
---------	---	---