

令和6年度 7 月 活動計画

部活動名	ウェ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	月				○				期末考査3日目
2	火				○				期末考査4日目
3	水		○	○					
4	木		○	○					
5	金	山梨県合同合宿(希望者)	○	○					
6	土	↓				○			
7	日	↓						○	
8	月		○	○					
9	火		○	○					
10	水		○	○					
11	木		○	○					
12	金	全国高校女子大会(石川県)	○	○					
13	土	↓				○	○		
14	日							○	
15	月					○			
16	火		○	○					
17	水		○	○					
18	木		○	○					
19	金		○	○					終業式
20	土	京都府知事杯大会(女子)							
21	日	京都府知事杯大会(男子)							
22	月							○	
23	火					○	○		
24	水					○	○		
25	木					○			
26	金					○	○		
27	土					○			
28	日					○			
29	月	インターハイ						○	
30	火	↓				○			
31	水	↓					○		学校説明会1日目

月間休養日合計	4	日
---------	---	---