

令和7年度 9 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	月		○	○					
2	火		○	○					
3	水		○	○					
4	木		○	○					学校祭
5	金		○						学校祭
6	土					○	○		
7	日							○	
8	月		○	○					学校祭(予備日)
9	火		○	○					
10	水		○	○					
11	木		○	○					
12	金							○	
13	土	京都府強化練習会(宮津天橋高校)							
14	日	↓日帰り参加							
15	月	↓日帰り参加							
16	火							○	
17	水		○	○					
18	木		○	○					
19	金		○	○					
20	土	京都府強化練習会(宮津天橋高校)							
21	日	↓日帰り参加							
22	月		○	○					
23	火							○	
24	水		○	○					
25	木		○	○					
26	金		○	○					
27	土					○	○		
28	日							○	
29	月		○	○					
30	火		○	○					

月間休養日合計	5	日
---------	---	---