令和7年度 11 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 川﨑さと美

日	曜	公式戦・練習試合・合宿等	平日の練習 考査前 朝練習 平常練習 (中)練習		休日 <i>位</i> 午前	休日の活動 午前 午後		備考	
1	土		初林日	十市球白	(十/水日	O	干妆		
2	日	→						0	
3	月	<u>↓</u>				0			
4	火		0	0					
5	水		0	0					
6	木		0	0					
7	金		0	0					
8	±	京都府秋季大会(女子)				0			
9	日	京都府秋季大会(男子)							
10	月							0	
11	火		0	0					
12	水		0	0					
13	木		0	0					
14	金		0	0					
15	±					0	0		
16	日							0	
17	月	-	0	0					
18		レディースカップ(青森県)	0	0					
19	水		0	0					
20	木	<u> </u>	0		0				
21	金		0		0				
22		山梨県合宿(一部生徒)			0				
23	<u>日</u>	↓						0	
24	月	<u> </u>						0	
25	火		0		0				
26	水		0		0				
27 28	金				0				期末考査① 期末考査②
29	土				0				初个节旦区
30	日)			0	
30	П					日間	l 引休養日 [·]		6 日
//IAM·及口口II									H