

令和7年度 12 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
2	火			○					期末考査④
3	水		○	○					
4	木		○	○					
5	金					○	○		代休
6	土		○	○					学校説明会(授業日)
7	日							○	
8	月		○	○					
9	火		○	○					
10	水		○	○					
11	木		○	○					
12	金		○	○					
13	土							○	
14	日	新人選手権大会(京都市)							
15	月		○	○					
16	火		○	○					
17	水		○	○					
18	木		○	○					
19	金		○	○					終業式
20	土	関東合宿(一部生徒)				○			
21	日	↓						○	
22	月	↓				○			
23	火	↓				○			
24	水					○			
25	木					○			
26	金					○			
27	土							○	
28	日							○	
29	月	他府県来校合同練習会				○	○		
30	火	↓				○	○		
31	水	↓				○			

月間休養日合計	5	日
---------	---	---