

令和7年度 **2** 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	日							○	
2	月		○	○					
3	火		○	○					
4	水		○	○					3年生登校日
5	木		○	○					
6	金							○	
7	土	大学生合同練習(本校)				○	○		
8	日	↓				○	○		
9	月		○	○					
10	火		○	○					
11	水					○	○		
12	木		○	○					3年生登校日
13	金							○	
14	土	兵庫県合宿				○	○		
15	日	↓				○	○		
16	月							○	前期選抜
17	火		○	○					
18	水		○	○					3年生登校日
19	木		○	○					
20	金	全日本ジュニア選手権大会(茨城県)	○	○					
21	土	↓				○			
22	日	↓						○	
23	月	↓				○			考査1週間前
24	火	↓	○		○				
25	水		○		○				3年生登校日
26	木		○		○				卒業式予行
27	金	卒部会(12:00頃～)	○		○				卒業式
28	土				○				

月間休養日合計	5	日
---------	---	---