

第一高等学校

【ウエイトリフティング】部

令和3年度10月～12月

【10月】

【11月】

【12月】

日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間	日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間	日	曜	行事・大会等	活動場所	休養日	活動時間
1	金			○		1	月		体育館		2	1	水			○	
2	土			○		2	火		体育館		2	2	木			○	
3	日			○		3	水			○		3	金		体育館		2
4	月			○		4	木		体育館		2	4	土	土曜授業	体育館		2
5	火	中間考査(~8)		○		5	金		体育館		2	5	日			○	
6	水			○		6	土		八代農業		3	6	月		体育館		2
7	木			○		7	日			○		7	火		体育館		2
8	金		体育館		2	8	月	芸術鑑賞(午後)	体育館		2	8	水	修学旅行代休		○	
9	土		八代農業		3	9	火		体育館		2	9	木	修学旅行		○	
10	日			○		10	水			○		10	金	修学旅行		○	
11	月		体育館		2	11	木		体育館		2	11	土	修学旅行		○	
12	火		体育館		2	12	金		体育館		2	12	日	修学旅行		○	
13	水			○		13	土		八代農業		3	13	月	修学旅行代休		○	
14	木		体育館		2	14	日			○		14	火		体育館		2
15	金		体育館		2	15	月		体育館		2	15	水		体育館		2
16	土		体育館		2	16	火		体育館		2	16	木		体育館		2
17	日			○		17	水			○		17	金		体育館		2
18	月		体育館		2	18	木		体育館		2	18	土		八代農業		3
19	火		体育館		2	19	金		体育館		2	19	日			○	
20	水			○		20	土		体育館		2	20	月		体育館		2
21	木		体育館		2	21	日			○		21	火			○	
22	金		体育館		2	22	月		体育館		2	22	水	終業式	体育館		2
23	土	土曜授業	体育館		2	23	火			○		23	木	冬期セミナー(~28)	体育館		2
24	日			○		24	水			○		24	金		体育館		2
25	月		体育館		2	25	木			○		25	土		八代農業		3
26	火		体育館		2	26	金			○		26	日			○	
27	水			○		27	土			○		27	月		体育館		2
28	木		体育館		2	28	日			○		28	火		体育館		2
29	金		体育館		2	29	月			○		29	水		体育館		2
30	土			○		30	火	期末考査(~12/3)		○		30	木			○	
31	日	新人大会	八代農業		終日							31	金			○	

月間休養日 平日	9	日
月間休養日 休業日	6	日
活動日 合計	16	日
月間総活動時間	33	時間

月間休養日 平日	7	日
月間休養日 休業日	7	日
活動日 合計	16	日
月間総活動時間	34	時間

月間休養日 平日	7	日
月間休養日 休業日	7	日
活動日 合計	17	日
月間総活動時間	36	時間