

令和3年度 部活動名【ウエイトリフティング部】【11月】

日	曜	活動計画	練習内容等	活動時間（予定時間）		計
1	月	×			～	
2	火	×			～	
3	水	×			～	
4	木	○	通常練習	16:50	～ 18:50	2:00
5	金	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
6	土	×			～	
7	日	○	合同練習（八代農美）	9:00	～ 11:30	2:30
8	月	×			～	
9	火	○	通常練習	16:50	～ 18:50	2:00
10	水	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
11	木	×			～	
12	金	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
13	土	○	通常練習	9:00	～ 11:30	2:30
14	日	×			～	
15	月	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
16	火	○	通常練習	16:50	～ 18:50	2:00
17	水	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
18	木	×			～	
19	金	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
20	土	○	通常練習	9:00	～ 11:30	2:30
21	日				～	
22	月	○	通常練習	16:00	～ 18:00	2:00
23	火	×			～	
24	水	×			～	
25	木	×			～	
26	金	×			～	
27	土	×			～	
28	日	×			～	
29	月	×			～	
30	火	×			～	