

令和3年度 部活動名【ウエイトリフティング部】 【 12 月】

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