

令和3年度 部活動名【ウエイトリフティング部】 【 1 月】

日	曜	活動計画	練習内容等	活動時間 (予定時間)			計
1	土	×		:	~	:	
2	日	×		:	~	:	
3	月	×		:	~	:	
4	火	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:30
5	水	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:30
6	木	×		:	~	:	
7	金	○	通常練習	14:00	~	16:00	2:00
8	土	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:00
9	日	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:00
10	月	×					
11	火	○	通常練習	16:00	~	18:00	2:00
12	水	×		:	~	:	
13	木	○	通常練習	16:50	~	17:20	1:30
14	金	×	全九州選抜大会出発	:	~	:	
15	土	○	全九州選抜大会	10:00	~	14:00	4:00
16	日	×		:	~	:	
17	月	×		:	~	:	
18	火	×		:	~	:	
19	水	×		:	~	:	
20	木	×		:	~	:	
21	金	×		:	~	:	
22	土	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:30
23	日	×		:	~	:	
24	月	×		:	~	:	
25	火	○	通常練習	16:50	~	17:00	1:10
26	水	○	通常練習	16:00	~	18:00	2:00
27	木	×		:	~	:	
28	金	○	通常練習	16:00	~	18:00	2:00
29	土	○	通常練習	9:00	~	11:30	2:00
30	日	×		:	~	:	
31	月	×		:	~	:	