

令和6年度

パワーリフティング部

活動予定および活動実績

【中期】

8月			
日付	曜日	予定	実績
1日	(木)	休み	0:00
2日	(金)	練習	2:30
3日	(土)	練習	2:30
4日	(日)	休み	0:00
5日	(月)	練習	2:30
6日	(火)	練習	2:30
7日	(水)	休み	0:00
8日	(木)	休み	0:00
9日	(金)	練習	2:30
10日	(土)	休み	0:00
11日	(日)	休み	0:00
12日	(月)	休み	0:00
13日	(火)	休み	0:00
14日	(水)	休み	0:00
15日	(木)	休み	0:00
16日	(金)	休み	0:00
17日	(土)	休み	0:00
18日	(日)	練習	2:30
19日	(月)	休み	0:00
20日	(火)	練習	2:30
21日	(水)	休み	0:00
22日	(木)	練習	2:30
23日	(金)	練習	2:30
24日	(土)	休み	0:00
25日	(日)	練習	2:30
26日	(月)	休み	0:00
27日	(火)	練習	2:30
28日	(水)	休み	0:00
29日	(木)	練習	2:45
30日	(金)	練習	0:00
31日	(土)		

9月			
日付	曜日	予定	実績
1日	(日)	休み	0:00
2日	(月)	練習	2:00
3日	(火)	休み	0:00
4日	(水)	練習	2:00
5日	(木)	休み	0:00
6日	(金)	練習	2:00
7日	(土)	練習	3:00
8日	(日)	休み	0:00
9日	(月)	練習	0:00
10日	(火)	休み	0:00
11日	(水)	練習	0:00
12日	(木)	休み	0:00
13日	(金)	練習	0:00
14日	(土)	練習	0:00
15日	(日)	休み	0:00
16日	(月)	練習	0:00
17日	(火)	休み	0:00
18日	(水)	練習	0:00
19日	(木)	休み	0:00
20日	(金)	練習	0:00
21日	(土)	練習	0:00
22日	(日)	休み	0:00
23日	(月)	練習	0:00
24日	(火)	休み	0:00
25日	(水)	練習	0:00
26日	(木)	休み	0:00
27日	(金)	練習	0:00
28日	(土)	練習	0:00
29日	(日)	休み	0:00
30日	(月)	練習	0:00

10月			
日付	曜日	予定	実績
1日	(火)	休み	0:00
2日	(水)	練習	2:00
3日	(木)	休み	0:00
4日	(金)	練習	2:00
5日	(土)	練習	3:00
6日	(日)	休み	0:00
7日	(月)	練習	2:00
8日	(火)	休み	0:00
9日	(水)	練習	2:00
10日	(木)	休み	0:00
11日	(金)	練習	2:00
12日	(土)	練習	3:00
13日	(日)	休み	0:00
14日	(月)	練習	0:00
15日	(火)	休み	0:00
16日	(水)	練習	2:00
17日	(木)	休み	0:00
18日	(金)	練習	2:00
19日	(土)	練習	3:00
20日	(日)	休み	0:00
21日	(月)	練習	2:00
22日	(火)	休み	0:00
23日	(水)	練習	2:00
24日	(木)	休み	0:00
25日	(金)	練習	2:00
26日	(土)	練習	1:30
27日	(日)	休み	0:00
28日	(月)	練習	3:00
29日	(火)	休み	0:00
30日	(水)	練習	2:00
31日	(木)	休み	0:00

11月			
日付	曜日	予定	実績
1日	(金)	練習	2:00
2日	(土)	練習	3:00
3日	(日)	休み	0:00
4日	(月)	練習	3:00
5日	(火)	休み	0:00
6日	(水)	練習	2:00
7日	(木)	休み	0:00
8日	(金)	練習	1:45
9日	(土)	練習	3:00
10日	(日)	休み	0:00
11日	(月)	練習	2:00
12日	(火)	休み	0:00
13日	(水)	練習	2:30
14日	(木)	休み	0:00
15日	(金)	練習	0:00
16日	(土)	練習	3:00
17日	(日)	休み	0:00
18日	(月)	練習	2:00
19日	(火)	休み	0:00
20日	(水)	休み	0:00
21日	(木)	練習	2:00
22日	(金)	休み	0:00
23日	(土)	休み	0:00
24日	(日)	大会	12:00
25日	(月)	休み	0:00
26日	(火)	休み	0:00
27日	(水)	練習	2:00
28日	(木)	休み	0:00
29日	(金)	練習	2:00
30日	(土)	練習	3:00