

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

【下期】

12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	2:00
10日	(火)	休み	0:00
11日	(水)	練習	2:00
12日	(木)	休み	0:00
13日	(金)	練習	2:00
14日	(土)	練習	3:00
15日	(日)	休み	0:00
16日	(月)	練習	2:00
17日	(火)	休み	0:00
18日	(水)	練習	2:00
19日	(木)	休み	0:00
20日	(金)	練習	2:00
21日	(土)	練習	3:00
22日	(日)	休み	0:00
23日	(月)	練習	1:30
24日	(火)	休み	0:00
25日	(水)	練習	3:00
26日	(木)	休み	0:00
27日	(金)	練習	3:00
28日	(土)	練習	3:00
29日	(日)	休み	0:00
30日	(月)	休み	0:00
31日	(火)	休み	0:00

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

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

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