

【年間活動計画様式】

2019年度

有田工業高等学校

ウエイトリフティング部

年間活動計画

指導の方針	個人競技ではあるが、部員の協力があって試合に出場できることを理解させ、仲間を大切にする。			
年間目標	インターハイ入賞			
顧問・部活動指導員 (外部指導者)	多久島侑也、吉川久美子、永尾謙二、宮地伸章			
活動日	月、火、水（掃除のみ）木、金、土			
活動時間	平日	16:00~18:30	休日	9:00~13:00
主な練習場所	平日	ウエイトリフティング場	休日	ウエイトリフティング場
主な練習内容 ()は予定日数	4月	練習 4/27 春季大会		
	5月	練習		
	6月	練習 6/1 佐賀県高校総体（場所：有工） 6月中旬 九州総体		
	7月	練習 全国女子大会		
	8月	練習 8月上旬 インターハイ		
	9月	練習 9月中旬 秋季大会		
	10月	練習		
	11月	練習 新人大会		
	12月	練習		
	1月	練習 九州選抜大会（場所：有工）		
	2月	練習		
	3月	練習 3月中旬 有工記録会		
その他				