

◇ 年間目標					
・ Big 3 (ベンチプレス・スクワット・デットリフト) 総重量200kg					
◇ 部員数				◇ 顧問名・部活動指導員名	
	男子	女子	合計	丸山光	
1年	0	2	2	物部篤士	
2年	0	2	2		
3年	0	0	0		
合計	0	4	4		
◇ 活動日と主な活動場所					
活動日	火・木				
休養日	月・水・金・土・日				
活動開始時刻			活動終了時刻		
平日	15:30		平日	18:00	
週休日等			週休日等		
活動場所	トレーニングルーム プール				
◇ 大会等の主な記録			◇ 今年度の参加予定大会		
令和2年度	令和3年度	令和4年度	月	なし	
なし	なし	なし	月		
			月		
			月		
			月		
			月		
◇ 年間(月別)活動計画					
4月	5月	6月	7月	8月	9月
週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日
通常練習	通常練習	通常練習	通常練習 プール開放	通常練習 プール締め	通常練習
10月	11月	12月	1月	2月	3月
週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日	週休日の活動日数 2日
通常練習	通常練習	通常練習	通常練習	通常練習	通常練習