

栃木県立小山高等学校 ウェイトリフティング部 の活動方針及び年間活動計画等		
目標	部活動を通して心身を鍛え、充実した学校生活を送る。	
活動方針	自主的な活動を目指す。 練習内容は各自で決める。	
休養日	休養日はキャプテンを中心に生徒が決める。	
活動時間	活動時間はキャプテンを中心に生徒が決める。	
月	参加予定大会等	その他
4月		
5月	県高校総体	
6月	関東大会:群馬県 インターハイ予選	
7月		
8月	インターハイ：福井県	
9月		
10月		
11月	県新人大会	
12月		
1月	関東選抜大会：栃木県 南部新人大会	
2月		
3月	全国選抜大会：石川県	