



ウェイトリフティング部



バーベルを両手で頭上に持ち上げて、その重さを競うスポーツです。

種目は「スナッチ」と「クリーン&ジャーク」の二つがあり、それぞれ3回ずつの試技を行い、各種目の最高挙上重量の合計(トータル重量)で順位を決める。

部員のほとんどが**高校から始めてます！**

スナッチ



クリーン&ジャーク



常に自分に厳しく、
強くなれるように
日々練習を頑張っ
ています。

活動日: 月、火、水、金、土

部員: 男子6名、女子1名 マネージャー: 3名