

トライアスロン初心者講習会開催のお知らせ

厳しい寒さも和らぎ、梅の花が春を感じさせる季節となりました。
皆様、お元気でお過ごしでしょうか。
今年は、あちこちでトライアスロン大会が開催されます。有難いことですね。
そこで、初めてトライアスロンに挑戦する方、久々に大会に挑戦する方を対象に、
安全に楽しく大会に挑めるよう初心者・初級者講習会を実施したいと思います。
正しい基本と技術をマスターして不安を解消しましょう！
多くの方のご参加をお待ちしております。

主催：一般社団法人滋賀県トライアスロン協会
場所：能登川プール、プール東側駐車場
日時：令和5年4月23日(日) 8時半～9時 受付 9時～13時 講習会
内容：【スイム】基本姿勢の確認と技術
プールで出来る OWS 練習(ヘッドアップ、集団泳など)
【バイク】バイクの点検、基本操作の確認と技術 トランジション
実践練習

対象者：トライアスロン初心者・初級者

参加費：JTU 登録者 2,000 円、未登録者 3,000 円

*当日 JTU 入会(年会費 4000 円)可能

持ち物：水着、スイムキャップ、ゴーグル、タオル、飲み物、補給食、バイク、ヘルメット、バイクボトル、バイクシューズ(ランシューズでも可)、バイクグローブ、ランニングシューズ、その他各自必要と思う物(レースウエア、ナンバーベルト、キャップ、サングラス、バイク用工具、予備チューブ等)

日程：8:30～ 受付(プール2階)
9:00～ スイム講習会(2階会議室)
9:30～10:30 スイム練習
10:30～11:00 着替え・休憩
11:00～11:45 トランジション講習・実践練習
11:45～12:30 バイク関連講習・実技
質疑応答後 13 時頃解散

注意事項：当日体調がすぐれない方、体温が 37.5℃以上の方の参加は出来ません。
4月9日以降に COVID-19 感染した方の参加は出来ません。ただし PCR 検査で陰性が確認出来る場合は除く

定員：30名程度

申込締切：4月16日(日)

申込先：下記 URL もしくは QR コードからお申し込みください



<https://docs.google.com/forms/d/1iYnOCeH7QXla803p1LpYe0FWSkqtbSDAOjRRwHIQchU/edit>

問合せ先：滋賀県トライアスロン協会 事務局 原田

TEL 080-2437-1997 メール sta-harada-uz-2007@ymail.plala.or.jp