

# 富士っ子トライアスロン教室のお知らせ

トライアスロン競技の基礎となるスイム、バイク、ランの総合的な練習と、スイムは泳力に合わせたトライアスロン特有の練習、バイクは基本ドリルと第1ランからバイクへ、バイク終了からランへのトランジション練習とコース試走、ランは基本ドリルと富士っ子トライアスロン大会コース試走等、安全に競技を行う為の注意事項とトライアスロン競技の“コツ”を楽しく、わかりやすく紹介してまいります。この機会にぜひともトライアスロン教室に参加してみてください。

開催日

平成30年8月11日(土) 祝日

開催場所

富士市総合運動公園(温水プールとその周辺)  
富士市大淵254-1 TEL0545-36-2131

集合場所

温水プール 2階 軽体育室

受付時間

8:00~8:30

主催

富士トライアスロンクラブ

スケジュール

8月11日(土)

8:00 ~8:30	受付 (温水プール2階 軽体育室)
8:30 ~8:50	開会式(挨拶と当日の流れ説明)
9:00 ~9:40	スイム指導 (プールへ移動10分)
10:00~10:40	ラン指導(野球場へ移動20分)
10:50~11:35	バイク指導 (5分休憩)
11:45~12:00	競技形式練習
12:05~12:15	閉会式

※教室開催当日、水泳用具(水着・帽子・タオル・ゴーグル)、バイク用具(自転車、ヘルメット、靴)ラン用具(シューズ、帽子等)ご持参いただきますので、ご用意ください。

参加対象

小学1年生~中学3年生の健康な男女

※小学生未満のお子様は参加できませんのでご了承ください。

参加費

500円(プール使用料を含む、参加費は当日 受付にて徴収致します)

申込方法

参加ご希望の方は7月30(月)までに、  
① ネットで申し込むか、② FAXにて下記事務局までお申し込みください。  
ネットで申し込む場合は、富士トライアスロンクラブのホームページ  
<http://fujitri.com/> から申し込みください。

定員 35名 お早めにお申し込みください

申込先

FAX 0545-63-7755

問合せ先

事務局「富士っ子トライアスロン教室」係  
〒416-0909 静岡県富士市松岡1359-2  
TEL 0545-63-7755 FAX 0545-63-7755