

気軽にトライアスロンが
体験できる!

第2回 やってみよう! ゆるゆる トライアスロン

初心者
歓迎!

自己チャレンジと生涯スポーツの楽しさを実感できる
トライアスロンに挑戦してみませんか?

Photographer Akihiko Harimoto

日時

11月30日(日) 8:30~12:00

定員

10名

スケジュール・内容

8:30~9:15	GRANDE プール	スイム	蹴伸びの姿勢で浮く感覚を覚えます。
9:45~10:30	桜ヶ丘公園	バイク(※)	自転車の正しいポジションでの乗り方を学びます。
11:00~11:45	稻荷公園	ラン	まずはゆっくりウォーキングから始めます。

※自転車をお持ちいただく必要はございません。また雨天時は、バイク練習は中止させていただきます。

監修・指導

アイアンマントライアスリート

谷 新吾 コーチ



【主な戦績】

2019年アイアンマンハワイ世界選手権年代別15位
2023年全日本トライアスロン皆生大会男子総合7位
他、伊良湖トライアスロンAタイプ優勝9回、
宮古島・皆生など優勝多数

指導

アイアンマントライアスリート

一本松 静香 コーチ



【主な戦績】

2016年アイアンマン70.3オーストラリア世界選手権年代別6位
2017年アイアンマンハワイ世界選手権年代別15位
他、木更津トライアスロン女子総合優勝、
宮古島トライアスロン女子総合3位など

料金

クラブ会員

2,200円(税込)

クラブ会員外

3,300円(税込)

※お支払いは、当日(11/30)、クレジットカード、電子マネー、
口座振替のいずれかでご精算ください。

【申込方法】フロントにて11月19日(水)までにお申し込みください。

アイレクス トライアスロン スクール