

2019年 7月	川崎校	品川校	鷺沼校	メガロス横浜校	ホリデー ラン	ホリデー バイク	イベント 大会	try-a+ トライエー プラス
	アカデミー新城 6:30~7:45	プリヂストンSS 朝6:30~7:45 20:35~21:50	サギヌマSC 20:30~21:30	メガロス横浜 19:30~20:45				
1月								
2火		お休み		ミドル				
3水	インターバル		ロング					
4木		お休み						
5金								
6土		インターバル						1000~1700
7日								1000~1700
8月								
9火		ロング		ロング				
10水	ミドル		インターバル					
11木		インターバル						
12金								
13土		インターバル						1000~1700
14日								1000~1700
15月								1000~1700
16火		ミドル		インターバル				
17水	ロング		ミドル					
18木		インターバル						
19金								
20土		インターバル			インターバル			1000~1700
21日						海練		1000~1700
22月								
23火		ロング		ミドル				
24水	インターバル		ロング					
25木		インターバル						
26金								
27土		インターバル				GB		1000~1700
28日							川崎月例	1000~1700
29月								
30火		ミドル		ロング				
31水	ミドル		インターバル					

■7月のお休み

品川校 2日(火)、4日(木)は、施設休館日のためお休みです。

■川崎月例マラソン

開催日:7月28日(日)古市場競技場

■ホリデーラン

インターバル走!

開催日:7月20日(土)  
受付:10時00分~(try-a+)  
移動:10時30分  
終了:13時00分  
参加費:月会費1回分  
横浜校1,620円(税込)

■第4回 アヤト海練習

逗子・葉山「大海荘」

開催日:7月21日(日)  
受付:9時00分~  
開始:9時30分~12時00分  
住所:三浦郡葉山町下山口1987  
参加費:2,000円(税込)  
施設使用料:1,000円(税込)

■ホリデーバイク

GB 等々力ギャングバスター!

開催日:7月27日(日)  
場所:等々力競技場サブ横  
集合:10時30分  
時間:10時30分~13時00分  
参加費:月会費1回分  
横浜校1,620円(税込)

【会員変更・休会・退会・お問い合わせ】

株式会社TRY-A/アヤトトライアスロンスクール  
電話:044-863-9955(月~金曜11:00~17:00)

✉ info@try-a.co.jp

