

2020年 9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	ランニング ステーション try-a+
	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火		ロング		ミドル				
2水	ミドル		ロング					
3木		インターバル						
4金								
5土		インターバル			クロカン			1000~1700
6日							海練	1000~1700
7月								
8火		ミドル		ロング				
9水	ロング		インターバル					
10木		インターバル						
11金								
12土		インターバル			1km×5本			1000~1700
13日						大井埠頭		1000~1700
14月								
15火		ロング		インターバル				
16水	インターバル		ミドル					
17木		インターバル						
18金								
19土		インターバル			クロカン			1000~1700
20日							大磯大会	1000~1700
21月							海練	1000~1700
22火		ミドル		お休み				1000~1700
23水	ミドル		ロング					
24木		400m記録会						
25金								
26土		インターバル			2km×4本			1000~1700
27日							海練	1000~1700
28月								
29火		お休み		ミドル				
30水	ロング		インターバル					

■8月のお休み

9月22日(火)横浜校、29日(火)品川校は施設休館日のためお休みです。

■ホリデーバイク

・9月13日(日) 大井埠頭ロング80km

集合:城南島第一駐車場  
受付:9時00分~  
時間:9時30分~14時00分  
参加費:月会費1回分  
横浜校1,650円(税込)

■ホリデーラン

・9月05日(土)クロカン  
・9月12日(土)1km×5本  
・9月19日(土)クロカン  
・9月26日(土)2km×4本

受付:10時00分~(ランステtry-a+)  
時間:10時30分~13時00分  
参加費:月会費1回分  
横浜校1,650円(税込)

■海練習

・9月06日(日)  
・9月21日(祝・月)  
・9月27日(日)

集合:葉山公園駐車場  
住所:三浦郡葉山町下山口1443-4  
受付:9時~  
時間:9時30分~12時00分  
参加費:指導料2,000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

