

2020年	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+
10月	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木		インターバル						
2金								
3土		インターバル						1000~1700
4日							川崎/潮来	1000~1700
5月								
6火		ロング		ロング				
7水	インターバル		ミドル					
8木		インターバル						
9金								
10土		インターバル			クロカン			1000~1700
11日							99T/大阪	1000~1700
12月								
13火		ミドル		インターバル				
14水	ミドル		ロング					
15木		インターバル						
16金								
17土		インターバル			1,000m×5			1000~1700
18日							703/長良川	1000~1700
19月								
20火		ロング		ミドル				
21水	ロング		インターバル					
22木		インターバル						
23金								
24土		インターバル			クロカン			1000~1700
25日						大井埠頭		1000~1700
26月								
27火		ミドル		ロング				
28水	インターバル		お休み					
29木		お休み						
30金								
31土		お休み			2,000m×4			1000~1700

■10月のお休み

10月28日(火)鷺沼校、29日(木)、30日(土)品川校は施設休館日のためお休みです。

■ホリデーバイク

・10月25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

・10月10日(土)クロカン
・10月17日(土)1km×5本
・10月24日(土)クロカン
・10月31日(土)2km×4本

受付:10時00分~(ランステry-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)

■大会・レース

・10月04日(日) 川崎東扇島
潮来

・10月20日(日) 九十九里
大阪城

・10月27日(日) IRONMAN70.3
長良川

【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

