

2021年 6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	ブリヂストンSS 6:30~7:45 17:00~18:15	サキヌマSC 宮前平 20:30~21:30	メガロス横浜 19:30~20:45				
1	火			ロング				
2	水	インターバル	ミドル					
3	木							
4	金							
5	土				1,000×5			1000~1700
6	日						海練	1000~1700
7	月							
8	火			インターバル				
9	水	ミドル	ロング					
10	木							
11	金							
12	土				クロカン走			1000~1700
13	日						海練休み	1000~1700
14	月							
15	火			ミドル				
16	水	ロング	インターバル					
17	木							
18	金							
19	土				400×12			1000~1700
20	日						海練	1000~1700
21	月							
22	火		ロング	ロング				
23	水	インターバル	ミドル					
24	木		インターバル					
25	金							
26	土		インターバル		2,000×4			1000~1700
27	日						海練	1000~1700
28	月							
29	火		ミドル	インターバル				
30	水	ミドル		ロング				

品川校は、引き続き、6月20日まで臨時休業となりました。ご不便をおかけいたしますが、よろしくお願い致します。

また、6月13日(日)の海練習はお休みです。

#### ■ホリデーラン

- ・6月05日(土) 1,000m×5
- ・6月12日(土) クロカン走
- ・6月19日(土) 400m×4
- ・6月26日(土) 2,000m×4

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&ラン

- ・6月06日(日)
- ・6月20日(日)
- ・6月27日(日)

受付：9時00分~(葉山公園駐車場)  
開始：9時30分~12時00分SWIM  
12時15分~RUN(湘南国際村往復)  
参加費：2,000円(税込)

#### ■6月のレース

- ・6月13日(日) アイアンマン70.3
- ・6月13日(日) 神奈川トライアスロン
- ・6月20日(日) 蒲都トライアスロン



#### 【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(担当：中野渡)

電話：044-863-9955(月~金曜11:00-17:00)

✉ info@try-a.co.jp

