

2022年	川崎校	品川校	鷺沼校	メガロス横濱校	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+
1月	アカデミー新城 6:30~7:45	ブリヂストンSS 火・木曜：20:25 土曜：6:30	サキヌマSC 宮前平 20:30-21:30	メガロス横濱 19:30~20:45				try-a+
1土	年末年始のお休み：2021年12月27日（月）～2022年1月3日（月）							
2日								
3月								
4火		お休み		インターバル				
5水	お休み		ミドル					
6木		お休み						
7金								
8土		インターバル			1000×5			1000~1700
9日							ハイテク	1000~1700
10月								1000~1700
11火		ミドル		ミドル				
12水	インターバル		ロング					
13木		インターバル						
14金								
15土		志垣練			初詣ラン			1000~1700
16日						デュアスロン		1000~1700
17月								
18火		ロング		ロング				
19水	ミドル		インターバル					
20木		インターバル						
21金								
22土		インターバル			3-2-1km			1000~1700
23日						大井ロング		1000~1700
24月								
25火		ミドル		インターバル				
26水	ロング		ミドル					
27木		インターバル						
28金								
29土		インターバル			2000×3			1000~1700
30日							川崎月例	1000~1700
31月								

年末年始のお休み：2021年12月27日（月）～2022年1月3日（月） & お休み（1/5川崎校、1/4品川校、1/6品川校）

【ホリデーラン】

- 開催日：1月8日（土）1,000×5
1月15日（土）初詣ラン
1月22日（土）3,000-2,000-1,000
1月29日（土）2,000×3
受付：10時～（ランステtry-a+）
開始：10時30分

【ホリデーバイク】

- 開催日：1月16日（日）デュアスロン
受付：8時30分～（大井埠頭）
- 開催日：1月23日（日）大井埠頭ロング
受付：8時30分～（城南島第一駐車場）

【イベント】

- 1月09日（日）：ハイテクハーフ
- 1月15日（土）：初詣ラン
- 1月30日（日）：川崎月例マラソン

【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）

