

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+
2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				
1 火		ロング		ミドル				
2 水	インターバル		ロング					
3 木		インターバル						
4 金								
5 土		志垣練			志垣練			1000~1700
6 日						松輪周回	別府大分	1000~1700
7 月								
8 火		ミドル		ロング				
9 水	ミドル		インターバル					
10 木		インターバル						
11 金								1000~1700
12 土		インターバル			1000x5			1000~1700
13 日						デュアスロン		1000~1700
14 月								
15 火		ロング		インターバル				
16 水	ロング		ミドル					
17 木		インターバル						
18 金								
19 土		志垣練			志垣練			1000~1700
20 日						ロング		1000~1700
21 月								
22 火		ミドル		ミドル				
23 水	インターバル		ロング					1000~1700
24 木		インターバル						
25 金								
26 土		インターバル			2000 x 3			1000~1700
27 日							カーフマン	1000~1700
28 月								

●2月のスイムのお休みはございません。

【ホリデーラン】

- 2月05日(土) 志垣練
- 2月12日(土) 1,000x5
- 2月19日(土) 志垣練
- 2月26日(土) 2,000x3  
受付：10時～(ランステtry-a+)  
移動：10時30分

【ホリデーバイク】

- 2月6日(日) 松輪周回(脇コーチ)  
受付：8時30分～
- 2月13日(日) デュアスロン  
受付：8時30分～(大井埠頭)
- 2月20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】

- 2月06日(日)：別府大分マラソン
- 2月27日(土)：カーフマン川崎

【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

