

2022年 8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	海練習 葉山公園	大会 イベント
	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	メガロス横浜 19:30~20:45	10:00~ 受付	8:30~ 受付	8:30~ 受付	
1月								
2火		ミドル		ロング				
3水	お休み		ミドル					
4木		インターバル						
5金								
6土		志垣練						沼津駅伝
7日								
8月								
9火		お休み		インターバル				
10水	ミドル		ロング					
11木		お休み						
12金								
13土		お休み			ゆるラン			彩湖道満 ATC CUP
14日								
15月								
16火		ロング		ミドル				
17水	お休み		お休み					
18木		インターバル						
19金								
20土		志垣練			志垣練			
21日							海練習	あいづ/手賀沼
22月								
23火		ミドル		ロング				
24水	ロング		インターバル					
25木		インターバル						
26金								
27土		インターバル			1000x5			
28日							海練習	赤穂/さぎしま
29月								
30火		ロング		インターバル				
31水	インターバル		ミドル					

○8月は、各校各施設に、夏季休業がございます。ご確認の上、ご参加願います。よろしくお願いたします。

## 【ホリデーラン】

- 8月13日(土) ゆるラン
- 8月20日(土) 志垣コーチ練習
- 8月27日(土) 1000x5

受付：10:00～(ランステtry-a+)

移動：10:30

## 【各校の夏季休業】

- 8月03日(水) 川崎校 お休み
  - 8月09日(火) 品川校 お休み
  - 8月11日(木) 品川校 お休み
  - 8月13日(土) 品川校 お休み
  - 8月17日(水) 川崎校 お休み
  - 8月17日(水) 鷺沼校 お休み
- ※横浜校のお休みはございません。

## 【海練習】

- 8月21日(日)
- 8月28日(日)  
受付：8:30～(葉山公園駐車場)  
開始：9:00～10:30 (SWIM)  
10:45～12:00 (RUN)  
参加費：正会員2千円(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(担当：中野渡)

電話：044-863-9955 (月～金曜11:00-17:00)

✉ info@try-a.co.jp

