

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	海練習 葉山公園	大会 イベント
11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	10:00~ 受付	8:30~ 受付	8:30~ 受付	
1火		ロング		ミドル				
2水	ロング		お休み					
3木		インターバル						
4金								
5土		志垣練			志垣練			
6日						七沢		
7月								
8火		ミドル		ロング				
9水	ミドル		オーストラリア					
10木		インターバル						
11金								
12土		インターバル						
13日								IRONMANメルボルン
14月								
15火		ロング		インターバル				
16水	インターバル		ミドル					
17木		インターバル						
18金								
19土		志垣練			志垣練			アルトラ試し履き
20日						七沢		
21月								
22火		ミドル		ミドル				
23水	ロング		オーストラリア					
24木		インターバル						
25金								
26土		インターバル			ゆるラン			
27日								
28月								
29火		お休み		ロング				
30水	ミドル		ロング					

○11月のお休み：2日（水）鷺沼校、29日（土）品川校は施設休館日でお休みです。よろしくお願いたします。

【ホリデーラン】

- 11月05日（土）志垣練
 - 11月12日（土）2000m x 3
 - 11月19日（土）志垣練
 - 11月26日（土）ゆるラン
- 受付：10:00～（ランステtry-a+）
移動：10:30

【ホリデーバイク】

- 11月06日（日）
 - 11月20日（日）
- 集合：8時30分
場所：七沢森林公園中央口駐車場
バイク：9時～12時
ブリックラン：12時15分～13時

【アヤトTS忘年会】

- 12月17日（土）
- 時間：18時～
場所：桜木町センターグリル
◇詳細が決まりましたらお知らせいたします。

【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

