

2023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	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	メガロス横濱 19:30~20:45	10:00~ 受付	8:30~ 受付	葉山公園 8:30~ 受付	
1日	🏠 年末年始のお休み 12月29日(木)~2023年1月6日(金)							
2月								
3火								
4水								
5木								
6金								
7土	志垣練				志垣ラン			
8日								ハイテクハーフ
9月								
10火		ミドル		インターバル				
11水	ロング		オーストラリア					
12木		インターバル						
13金								
14土		インターバル			1000x5本			
15日						デュアスロン		
16月								
17火		ロング		ミドル				
18水	ミドル		インターバル					
19木		インターバル						
20金								
21土		志垣練			志垣ラン			
22日								フロストバイト
23月								
24火		ミドル		ロング				
25水	インターバル		オーストラリア					
26木		インターバル						
27金								
28土		インターバル			初詣ラン			
29日						大井ロング		
30月								
31火		お休み		インターバル				

○年末年始のお休み 12月29日(木)~2023年1月6日(金)

<p>【ホリデーラン】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1月07日(土) 志垣練 ●1月14日(土) 1000m×5本 ●1月21日(土) 志垣練 ●1月28日(土) 初詣ラン <p>受付：10:00～(ランステtry-a+) 移動：10:30</p>	<p>【ホリデーバイク】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1月15日(日) デュアスロン(大井埠頭) ●1月29日(日) ロング(大井埠頭) <p>集合：8時30分 バイク：9時スタート</p>	<p>【イベント】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●1月08日(日) ハイテクハーフ ●1月22日(日) フロストバイト ●1月28日(土) 初詣ラン
--	---	--

【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

