

2023年 5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	イトマン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		お休み		インターバル				
3水	お休み		お休み				海練	
4木		インターバル						
5金								
6土		志垣練			志垣ラン			
7日							海練	
8月								
9火		ロング		ミドル				
10水	ミドル		オーストラリア					
11木		インターバル						
12金								
13土		インターバル						横浜大会
14日								
15月								
16火		ミドル		ロング				
17水	インターバル		ロング					
18木		インターバル						
19金								
20土		志垣練			志垣ラン			新島大会
21日							海練	遊水地ふれあい
22月								
23火		ロング		インターバル				
24水	ロング		オーストラリア					
25木		インターバル						
26金								
27土		インターバル			1000x5本			
28日							海練	館山・大阪城・潮来
29月								
30火		ミドル		ミドル				
31水	ミドル		インターバル					

〇5月のお休み：5月2日（火）品川校、3日（水）川崎校、鷺沼校

【ホリデーラン】

- 5月06日（土）志垣練
- 5月20日（土）志垣練
- 5月27日（土）1000x5本

受付：10:00～（ランステtry-a+）

移動：10:30

【海スイム練習&ブリックラン】

- 5月03日（祝・水）
- 5月07日（日）
- 5月21日（日）
- 5月28日（日）

受付：8:30~9:00（葉山公園駐車場）

スイム：9:00~12:00

【アヤトGW合宿】

- 日時：4月29日（土）~4月30日（日）
- 場所：サンセットブリーズ保田
- 住所：千葉県安房郡鋸南町大六1032

【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

