

2024年 4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：20:35 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月									
2火		ロング		ロング					
3水	インターバル		ミドル						
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		ミドル		ミドル					
10水	ミドル		インターバル						
11木		インターバル							
12金								宮古島大会	
13土		志垣練							
14日									
15月									
16火		ロング		インターバル					
17水	ロング		ロング						
18木		インターバル							
19金									
20土		志垣練			志垣ラン				
21日							海練	石垣島大会	
22月									
23火		ミドル		ロング					
24水	インターバル		ミドル						
25木		インターバル							
26金									
27土	GWお休み(4/27-5/7) ※5/5海練、5/7横浜あり								アヤトGW合宿
28日									
29月									
30火									

GWのお休み：4月27日(土)~5月7日(火)お休みとなります(5/5海練、5/7横浜校あり)

<p>【ホリデーラン】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●4月06日(土) 志垣ラン</li> <li>●4月20日(土) 志垣ラン</li> </ul> <p>・受付：10:00～(ランステry-a+)</p> <p>・移動：10:30</p> <p>※志垣ランの集合場所は内容によって異なります。</p>	<p>【海練】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●4月07日(日) 海練+ラン</li> <li>●4月21日(日) 海練+ラン</li> <li>●5月05日(日) 海練+ラン</li> </ul> <p>・受付：8:30~8:50(葉山公園駐車場)</p> <p>・海練：9:00~10:30</p> <p>・ラン：10:45-12:00</p>	<p>【イベント】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●4月14日(日) 全日本トライアスロン宮古島</li> <li>●4月21日(日) 石垣島トライアスロン大会</li> <li>●4月27日(土)~28日(日) アヤトGW合宿</li> </ul>
---	--	---

【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：林)

電話：044-863-9955(月~金曜10:00-17:00)

✉ info@try-a.co.jp

