

2024年 12月	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
	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日						大井埠頭		IRONMAN 西AUS
2月								
3火		ロング		インターバル				
4水	ロング		インターバル					
5木		インターバル						
6金								
7土		志垣練			志垣ラン			
8日						大井埠頭		
9月								
10火		ミドル		ロング				
11水	インターバル		ロング					
12木		インターバル						
13金								
14土		インターバル			LSD2-3周			IM70.3世界選手権
15日						大井埠頭		
16月								
17火		ロング		ミドル				
18水	ミドル		ミドル					
19木		インターバル						
20金								
21土		除夜の鐘スイム						忘年会
22日								
23月								
24火		ミドル		インターバル				
25水	ロング		インターバル					
26木		400m記録会						
27金	年末年始のお休み(12/27~1/6) ※品川校は1/9(木)から							
28土								
29日								
30月								
31火								

年末年始のお休み：12月27日(金)～2025年1月6日(月)までお休みとなります。

【ホリデーラン】

- 12/07(土) 志垣ラン
- 12/14(土) LSD 多摩川2-3周
- ・受付：10:00～(ランステry-a+)
- ・移動：10:30
- ※志垣ランの集合場所は内容によって異なります。

【ホリデーバイク】

- 12/01(日) 大井埠頭+ブリックラン
- 12/08(日) 大井埠頭+ブリックラン
- 12/15(日) 大井埠頭+ブリックラン
- ・受付：8:30~8:50(城南島第1駐車場)
- ・バイク：9:00~12:00
- ・ブリックラン：12:00~13:00

【トライアスロン・イベント】

- 12/01(日) IRONMAN西オーストラリア
- 12/14(土) IRONMAN70.3世界選手権
- 12/21(土) 除夜の鐘スイム
- 12/21(土) 忘年会
- 12/26(木) 400m記録会

【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)
 ① info@try-a.co.jp

