

2025年 4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 火		ミドル		ロング				
2 水	ミドル		ロング					
3 木		インターバル						
4 金								
5 土		志垣練			志垣練			
6 日							海練	
7 月								
8 火		ロング		ミドル				
9 水	インターバル		ミドル					
10 木		インターバル						
11 金								
12 土		インターバル			多摩川1-2			
13 日							海練	石垣島大会 IRONMAN TAIWAN
14 月								
15 火		ミドル		インターバル				
16 水	ロング		インターバル					
17 木		インターバル						
18 金								
19 土		志垣練						宮古島大会
20 日								
21 月								
22 火		ロング		ロング				
23 水	ミドル		ロング					
24 木		インターバル						
25 金								
26 土		インターバル			1000×5			
27 日							海練	
28 月								
29 火		お休み		お休み				
30 水	お休み		お休み					

4月のお休み：各校GWのお休みがありますのでご確認ください。

【ホリデーラン】

- 4/05(土) 志垣ラン
- 4/12(土) 多摩川1~2周
- 4/25(土) 1000m×5

・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。

【海練】

- 4/06(日) 海練+ラン
- 4/13(日) 海練+ラン
- 4/27(日) 海練+ラン

・受付：8:30-8:55(葉山公園駐車場)

・海練：9:00-10:30

・ラン：10:45-12:00

【トライアスロン・マラソン】

- 4/13(日) 石垣島トライアスロン
- 4/13(日) IRONMAN TAIWAN
- 4/20(日) 宮古島トライアスロン

【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：林)

電話：044-863-9955(月～金曜10:00-17:00)

✉ info@try-a.co.jp

