

2025年	川崎校		品川校		鷺沼校		メガロス横濱校		ホリデー	ホリデー	海練習	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		ラン 10:00~ 受付	バイク 8:30~ 受付	葉山公園 8:30~ 受付	
1	火		ロング		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				伊勢志摩里海
6	日											七ヶ浜
7	月											
8	火		ミドル		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					1000×5				
13	日											潮来、海の森アクア
14	月											
15	火		ロング		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					志垣練				
20	日									海練		秋田、ひわさうみがめ
21	月											
22	火		ミドル		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					2000×3				
27	日									海練		長良川、榛名湖
28	月											
29	火		お休み		ミドル							
30	水	インターバル		ミドル								
31	木		お休み									

7月のお休み：7月29日(火)、31日(木)の品川校は施設休館日でお休みです。

【ホリデーラン】

- 7/05(土) 志垣練
 - 7/12(土) 1000m×5
 - 7/19(土) 志垣練
 - 7/26(土) 2000m×3
- ・受付：10:00～(ランステtry-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】

- 7/20(日) 海練+ブリックラン
 - 7/27(日) 海練+ブリックラン
- ・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・アクアスロン】

- 7/05(土) チームケンズアクアスロン西武園ゆうえんち
- 7/05(土) 伊勢志摩・里海トライアスロン
- 7/06(日) サンポート高松トライアスロン
- 7/06(日) みやぎ国際トライアスロン七ヶ浜大会
- 7/13(日) 水郷潮来トライアスロン
- 7/13(日) 海の森アクアスロン
- 7/13(日) 日本エイジグループアクアスロン選手権
- 7/13(日) ひわさうみがめトライアスロン
- 7/20(日) 秋田芭蕉トライアスロン
- 7/20(日) 大井川港トライアスロン
- 7/27(日) 榛名湖リゾートトライアスロン
- 7/27(日) 長良川国際トライアスロン

【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)
 〆 info@try-a.co.jp

