

2025年 9月	川崎校	品川校	鷺沼校	メガロス横濱校	ホリデー ラン 10:00~ 受付	ホリデー バイク 8:30~ 受付	海練習 葉山公園 8:30~ 受付	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				
1	月							
2	火		ミドル		ミドル			
3	水	ロング		インターバル				
4	木		インターバル					
5	金							
6	土		志垣練			志垣練		
7	日							佐渡、富士山
8	月							
9	火		ロング		インターバル			
10	水	ミドル		ロング				
11	木		インターバル					
12	金							
13	土		インターバル			1000×5		湘南OWS 10km
14	日						海練	みなみ北海道、伊良湖
15	月							
16	火		ミドル		ロング			
17	水	インターバル		ミドル				
18	木		インターバル					
19	金							
20	土		インターバル			2000×3		
21	日						海練	蔵王、しずまえ
22	月							
23	火		ロング		ミドル			
24	水	ロング		インターバル				
25	木		インターバル					
26	金							
27	土		志垣練			志垣練		九十九里
28	日							八景島、村上
29	月							
30	火		ミドル		インターバル			

## 9月のお休み：9月のお休みはございません

## 【ホリデーラン】

- 9/06(土) 志垣練
- 9/13(土) 1000×5
- 9/20(土) 2000×3
- 9/27(土) 志垣練
- ・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】

- 9/14(日) 海練+ブリックラン
- 9/21(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・デュアスロン】

- 9/07(日) 佐渡国際トライアスロン
- 9/07(日) Mt富士トライアスロン
- 9/13(土) 湘南OWS10km、14(日)5km、2.5km
- 9/14(日) IRONMANみなみ北海道
- 9/14(日) 伊良湖トライアスロン
- 9/14(日) IRONMAN 世界選手権 NICE
- 9/21(日) おもてなしトライアスロン蔵王
- 9/21(日) しずまえトライアスロン
- 9/27(土) 九十九里トライアスロン
- 9/28(日) 横浜八景島トライアスロン
- 9/28(日) 村上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：増田)

電話：044-863-9955 (月～金曜10:00-17:00)

✉ info@try-a.co.jp

