

2025年 10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	水	ミドル		ロング					
2	木		インターバル						
3	金								
4	土		志垣練			志垣練			
5	日								川崎港東扇島
6	月								
7	火		ロング		ロング				
8	水	インターバル		ミドル					
9	木		インターバル						
10	金								
11	土		インターバル			お休み			IRONMAN世界選手権
12	日								東扇島アクアスロン
13	月								大田区アクアスロン
14	火		ミドル		ミドル				
15	水	ロング		インターバル					世界選手権 オーストラリア ウーロンゴン
16	木		インターバル						
17	金								
18	土		志垣練			志垣練			
19	日								
20	月								
21	火		ロング		インターバル				
22	水	ミドル		ロング					
23	木		インターバル						
24	金								
25	土		インターバル			1000×5			
26	日								日本選手権
27	月								
28	火		ミドル		ロング				
29	水	インターバル		ミドル					
30	木		お休み						
31	金								

10月のお休み：10/11(土)ホリデーラン、10/30(木)品川校はお休みです

【ホリデーラン】

- 10/04(土) 志垣練
- 10/11(土) お休み
- 10/18(土) 志垣練
- 10/25(土) 1000m×5
- ・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。

【トライアスロン・アクアスロン・デュアスロン】

- 10/05(日) 川崎港トライアスロンin東扇島
- 10/11(土) IRONMAN世界選手権 (ハワイ島コナ)
- 10/12(日) 東扇島アクアスロンチャレンジ in 川崎みなと祭り
- 10/16(木) ワールドトライアスロン世界選手権ウーロンゴン (スタンダード)
- 10/17(金) ワールドトライアスロン世界選手権ウーロンゴン (スプリント)
- 10/26(日) 日本選手権 (お台場)

【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

