

2026年 2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	サキメマ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								別大マラソン
2 月								
3 火		ミドル		ミドル				
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			志垣練			
8 日						城南島		
9 月								
10 火		ロング		インターバル				
11 水	ミドル		ロング					
12 木		インターバル						
13 金								
14 土		インターバル			周回走			
15 日								カーフマン
16 月								
17 火		ミドル		ロング				
18 水	インターバル		ミドル					
19 木		インターバル						
20 金								
21 土		志垣練			志垣練			
22 日						城南島		
23 月								
24 火		ロング		ミドル				
25 水	ロング		インターバル					
26 木		インターバル						
27 金								
28 土		インターバル			1,000×5			

2月のお休み：スイム練習のお休みはございません

●ホリデーラン ・07日(土)志垣練 ・14日(土)周回走（1・2周） ・21日(土)志垣練 ・28日(土)1,000m×5本	●ホリデーバイク ・08日(日)城南島バイク&ラン ・22日(日)城南島バイク&ラン ※メニューは3時間走です ※ランの距離は自由です	●イベント ・01日(日)別府大分マラソン ・15日(日)カーフマンデュアスロン（東扇島） ・15日(日)青梅マラソン ・15日(日)京都マラソン
---	---	---

【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

