

| 2026年 5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 | 金 | | | | | | | |
| 2 | 土 | | お休み | | | | | |
| 3 | 日 | | | | | デュアスロン | | |
| 4 | 月 | | | | | | | GW合宿 |
| 5 | 火 | | お休み | インターバル | | | | |
| 6 | 水 | お休み | | お休み | | | | |
| 7 | 木 | | お休み | | | | | |
| 8 | 金 | | | | | | | |
| 9 | 土 | | インターバル | | | 1000×5 | | |
| 10 | 日 | | | | | | 海練 | |
| 11 | 月 | | | | | | | |
| 12 | 火 | | ロング | | ロング | | | |
| 13 | 水 | ロング | | インターバル | | | | |
| 14 | 木 | | インターバル | | | | | |
| 15 | 金 | | | | | | | |
| 16 | 土 | | 志垣練 | | | | | 横浜大会 |
| 17 | 日 | | | | | | | |
| 18 | 月 | | | | | | | |
| 19 | 火 | | ミドル | | ミドル | | | |
| 20 | 水 | ミドル | | ロング | | | | |
| 21 | 木 | | インターバル | | | | | |
| 22 | 金 | | | | | | | |
| 23 | 土 | | インターバル | | | 1000×5 | | |
| 24 | 日 | | | | | | 海練 | 館山大会 |
| 25 | 月 | | | | | | | |
| 26 | 火 | | ロング | | インターバル | | | |
| 27 | 水 | インターバル | | ミドル | | | | |
| 28 | 木 | | インターバル | | | | | |
| 29 | 金 | | | | | | | |
| 30 | 土 | | インターバル | | | | | 大阪城大会 |
| 31 | 日 | | | | | | | |

5月はGW中、お休みがございますのでご注意ください。

●ホリデーラン

- ・09日(土)1,000m×5本
- ・23日(土)1,000m×5本

●海練

- ・10日(日)海練+ブリックラン
- ・24日(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

●イベント

- ・17日(日)横浜トライアスロン
- ・24日(日)館山トライアスロン
- ・31日(日)大阪城トライアスロン

【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



|

||

|

|

||

|