

## VIKING 年納め練習会

VIKING では 2 ヶ月に 1 度、定期的にボリュームのある練習会を行っております。

日頃の練習ではもの足りない、たくさんのトライアスリートと練習してみたいという方は参加されてみてはどうですか？直近の練習会は下記のとおりです

### 記

・日時：12月27日（日）8時集合 8時半開始 解散 16時（予定）

・集合場所：神湊、ゆうゆうプラザ（キューサイ工場横）

・内容：バイク80キロ・ラン20キロ

8時半～11時半 バイク

11時半～13時半 昼食

13時半～15時半 ラン

（バイクのみ、ランのみでもOKです。距離も相談可です。）

・参加費：500円（会員は無料・参加当日に徴収させていただきます。）

※雨天の場合は中止にさせていただきます。

※メンバーの方以外は保険は適用されません。各自自己責任でお願いします。

※ゆうゆうプラザでは入浴が出来ます。（300円・石鹸やシャンプーは持参）

以上

参加希望の方は下の連絡先へお願いします。

HP: [go-viking.com](http://go-viking.com)

Mail: [toiawase@go-viking.com](mailto:toiawase@go-viking.com)

※また、毎週日曜日は定期練習会を行っています。バイク、ランを3時間やって午前中には終了しております。初回参加は無料ですので是非一度覗いてみてください！