

福岡県トライアスロン連合スイム&ラン練習会のお知らせ

水泳を中心とした練習会を行います。50mプールでコースロープを外し、実践向けの練習を安全に行う事が出来ます。こういった機会の少ないジュニア選手達を中心に行っていきますが、大人の方達の参加も歓迎しています。スイムに自信のない方は是非参加されてください。ランニングの方は簡単なフォームや補強のトレーニングをやっていきます。

日 時： 平成23年7月24日（日）

場 所： 筑豊緑地公園 飯塚市仁保8-25

7時半～8時 受付（緑地公園プール手前の駐車場）

8時～9時半 ランニングトレーニング

10時～11時半 スイムトレーニング

12時半終了予定

参加資格

スイムを50m以上泳げる健康な人

参加費 2000円（FTU会員は1500円・強化指定選手は無料）

持ってくる物

水泳用具（ウェットスーツ可）・ランニング用具・補給食・飲み物など

申し込み方法 **7月14日（木）締め切り**

氏名・連絡先・住所・生年月日・年齢・学年をメールか FAX で送ってください。

参加費は当日受付にてお支払いください。

申し込み・問い合わせ先

福岡県トライアスロン連合強化普及委員長 武友

FAX：0949-24-6808

携帯：090-3016-1125

メールアドレス：hiroshi@hyu.bbiq.jp