

ビートトライアスロンクラブ・キッズトライアスロンスクール

2016年2月11日（祝・木）JTU公認の福岡認定記録会を開催します。この認定記録会への出場を目標に、スイム・ランそれぞれでのショートインターバル、動き作りを中心にトレーニングをしていきます。認定記録会でエリート強化指定選手の標準記録突破経験のある武友潤・川口綾巳が、自身も取り組んでいる練習メニューをアレンジしてお伝えしたいと思います。これから挑戦してみたいという方も、自己ベスト更新を目指す方も、ぜひ一緒に頑張りましょう！

トレーニング終了後、子供向けサイズのロードバイク試乗会も合わせて開催致します。24インチ、26インチの2台をご用意しておりますので、お時間のある方はぜひこちらにもご参加下さい。

- 主催 ビートトライアスロンクラブ
- 協力 福岡県トライアスロン連合
- 日時 2016年1月11日（祝・月）
- 会場 スイム・ビートスイミングクラブ黒崎
北九州市八幡西区南八千代町3-12
ラン・洞北緑地
北九州市八幡西区本城5丁目5
- 対象 トライアスロンに興味がある・大会に出てみたい小学1年～中学3年生。
*能力として、25m以上泳げる方
- 定員 20名
- 料金 2500円（JTU会員は2000円。FTU強化指定選手は1000円。）
- 日程 7:40～集合・受付（ビートスイミングクラブ黒崎）
8:00～9:00 スイム・セッション
スイム終了後、更衣、ラン会場まで各自で移動
9:30～10:30 ラン・セッション
全体練習終了・解散
終了後、洞北緑地公園内にて、ロードバイク試乗会や、個別の質問等にも対応させていただきます。お時間ある方はぜひご参加下さい。
- 講師 ○武友潤（日本トライアスロン連合初級指導者）
2014年長崎国体トライアスロン競技 3位
★自己ベスト スイム400m・4分15秒 ラン5000m・15分35秒
大学生から始めたトライアスロン。早10年以上が経ちましたが山あり谷あり、さまざまな経験をさせてもらいました。そして今ではその経験を活かしてトライアスリー

トの指導をしています。生涯を通じて挑戦できるトライアスロン。興味のある方ぜひご参加ください！！

○川口綾巳(日本トライアスロン連合エリート強化指定選手)

2014年長崎国体トライアスロン競技 優勝

★自己ベスト スイム400m・4分37秒 ラン5000m・17分26秒

来年に迫ったリオデジャネイロ・オリンピックに向けて、現在も代表選考大会を戦っています。現役の日本代表として世界で戦っている過程を通して、地元福岡・九州での若い世代への強化・普及に取り組んでいきたいです。

●申し込み・問い合わせ先

参加者氏名・保護者氏名・学年・生年月日・性別・住所・電話番号・JTU登録番号（登録者のみ）

スイム50mの記録（わかる方のみ）・ロードバイク試乗会の希望有無を記載して、下記メールアドレスまで送信下さい。

その他、興味のある方はお気軽にお問合せ下さい。

申込締切 1月6日（水）

ビートトライアスロンクラブ 代表 武友潤

TEL: 090-5933-3329

メール: try-aj@wonder.ocn.ne.jp