

第3回トライアスロンスイムセミナー

昨年開催しましたスイムセミナーを今年も開催致します。
今年前半は大人、後半はジュニア向けセミナーとなります。
セミナーは日本代表を経験した指導実績のあるベテランコーチ陣が指導。
レースを想定した本格的な練習をシーズン前にいかがですか？
ベテランの方も、今年トライアスロンを始めるといふ初心者の方も大歓迎です！
多数のご参加お待ちしております！

【期日】 2016年4月3日（日曜日）

【主催】 久留米トライアスロンクラブ

【協力】 ビートトライアスロンクラブ、ウイングストライアスロンクラブ

【場所】 福岡総合西市民プール（水深3.3m）

〒819-0046 福岡市西区西の丘1丁目4番1号 電話：092-885-0124

【時間】

〈大人〉 9：00 プール集合・受付・入場

9：30-11：15 スイム講習

11：30-12：30 ランニング講習

〈ジュニア〉

10：15-10：30 プール集合・受付・入場

10：45-11：15 陸上トレーニング（プールサイド）

11：15-12：15 スイム講習

【対象】 心身共に健康な100m以上続けて泳げる方 ※初心者はウエットスーツ推奨

【参加費】 大人 スイム 2000円 ラン1000円

ジュニア（小学生～高校生） 1000円

※ 参加費は当日徴収致します

【定員】 大人40名 ジュニア15名

【申し込み】 以下のアドレスまで担当にメールにて氏名、年齢、連絡先を記載の上

申し込みください（樋口） xntms794@yahoo.co.jp

【その他・注意事項】

- ・ 事故やケガ等につきましては一切の責任を負いかねますので自己責任でご参加ください
- ・ ウエットスーツは着用可能です
- ・ プール内での腕時計などは着用禁止になります
- ・ 西市民プールが発行している水深3.3m プール利用カードは不要です

【指導者】

樋口玲士・・・元 OWS 日本代表。エリート選手として国内を転戦。JTU 中級指導者
水泳連盟強化指定コーチ、久留米トライアスロンクラブコーチ

武友潤・・・2014長崎国体3位。ジャパンカップ大阪大会優勝。
三宅島トライアスロン優勝、世界大学選手権出場など。JTU 中級指導者
ビートトライアスロンクラブコーチ

川口綾巳・・・2014年長崎国体優勝。ワールドカップなど、海外エリートレースを
中心に転戦し表彰台にも上る。エリート強化指定選手。

宇都宮涼太・・・アジアトライアスロン選手権日本代表。天草 ITU アジアカップ5位
JTU 初級指導者。ウイングストライアスロンクラブコーチ

※ジュニアは武友潤、川口綾巳が指導します。