

# 壱岐トライアスロン合宿 2016

長崎県壱岐市でトライアスロン大会開催実現に向け、昨年5月GWに開催し、大変ご好評頂きましたトライアスロン壱岐合宿を今年も開催致します。

大会開催実現に際し、壱岐でのトライアスロン合宿・練習会実施の実績作り、開催地域住民の方々へのトライアスロン競技の理解・周知、大会実行委員会の運営経験が必要であり、今年も合宿を行う運びとなりました。

今年は昨年よりも、よりレースに近いレースシュミレーション(オリンピッククディスタンス)を行う予定で準備しております。指宿大会・天草大会の調整やトライアスロンデビュー前の予行練習としても絶好の機会だと思います。未熟な組織で不行き届きな点が多々あるかと思いますが、是非、お仲間お知り合いの方をお誘い合せの上、ご参加お待ちしております。

大会実行委員会一同



昨年度の様子 写真：あおぞらかんばん様製作

# 概 要

- <期 日> 平成28年 5月4日（水祝）～5日（木祝）  
悪天候によるフェリー欠航の場合は中止し、参加費は返金いたします。
- <場 所> 長崎県壱岐市石田町筒城 筒城浜ふれあい広場・海水浴場
- <主 催> 壱岐トライアスロン大会実行委員会
- <協 力> 壱岐トライアスロン協会・壱岐自転車競技連盟  
長崎県トライアスロン協会・福岡県トライアスロン連合  
民宿シーサイドイン白鷗・株式会社シーガルイン
- <定 員> 50名
- <対 象> 高校生以上の男女トライアスリート 初心者歓迎
- <参加費> 15.000円（スポーツ保険・1泊4食の宿泊費込み）
- |          |           |        |
|----------|-----------|--------|
| 付き添いのご家族 | （大人）中学生以上 | 9.000円 |
|          | （子供）小学生   | 6.000円 |
|          | 小学生以下     | 3.000円 |
|          | 乳児（食事なし）  | 1.000円 |
- <コーチ> 池形成信 プロトライアスリート  
V-ファーレン長崎 トライアスロン監督 JТУ中級指導者  
高濱邦晃 プロトライアスリート  
2013・2014・2015日本ロングディスタンス日本選手権 優勝
- <宿 泊> 民宿 シーサイドイン白鷗（はくおう）  
〒811-5203 長崎県壱岐市石田町筒城東触1895  
TEL 0920-44-5193
- <申し込み> メール hidefumi\_22june\_99@yahoo.co.jp 宛
- ①氏名（フリガナ）
  - ②生年月日
  - ③郵便番号・住所
  - ④電話番号（携帯）
  - ⑤出発港（博多or唐津）
  - ⑥所属チーム（なければなしで構いません）
- ※付き添いのご家族がいれば、（人数・氏名・年齢）をお願いします。

<振り込み> 十八銀行 壱岐支店

【店番】720 【口座】普通 【番号】1044054

ナガサキイキトラリアスロンジッコウイインカイ

<締め切り> 4月24日(日)

<集合場所> ご都合の良い港をお選びください。

(博多港)

九州郵船 ベイサイドプレイス博多埠頭 第2ターミナル1F

住所：福岡県福岡市博多区築港本町13-6 TEL：092-281-7701

(唐津港)

九州郵船 唐津東港フェリーターミナル1F

住所：佐賀県唐津市東大島町2-52 TEL：0955-75-7750

<集合時間> 博多港 8時45分 (出航9時30分)

唐津港 9時15分 (出航10時20分)

※GW期間中であり混雑が予想されます。早めの集合、または  
時間厳守をお願いいたします。

<準備> スイムキャップ・ゴーグル・ウエットスーツ

バイク・ヘルメット・バイクシューズ・ランシューズ

各ウェア・着替え

<参考>

フェリー代 博多～壱岐 片道 ¥1980 + バイク車両代 (¥1030)

唐津～壱岐 片道 ¥1900 + バイク車両代 (¥820) 3月10日時点

※バイクは輸行バック使用すれば手荷物扱いで無料ですが、

完成車のまま積み込むと上記車両代がかかります。

また、乗船も車両甲板からの乗船となります。

問い合わせ

壱岐トライアスロン大会実行員会 委員長 林田 任史

TEL：090-7479-5374 メール：hidefumi\_22june\_99@yahoo.co.jp

# スケジュール

	5月4日		5月5日
		6:00	朝食
		7:30~	受付・ナンバリング
		7:45~8:15	入水チェック・試永
		8:30	スイムスタート
8:45	博多港集合		
9:15	唐津港集合		
9:30	博多出航		
10:20	唐津出航		
		11:30	競技終了
11:40	博多便到着	11:40~12:00	清掃活動
12:05	唐津便到着	12:30	昼食
13:00	昼食(弁当)		
14:00~16:00	バイク講習(池形コー チ) バイクコース試走	14:00	合宿終了
		15:00	お土産等買い物
16:00~18:00	ラン講習(高濱コー チ) ランコース試走		
		17:30	唐津便出航
18:30	夕食	17:45	博多便出航
20:00	レースシュミレーション 前日説明会		

## <注意事項>

- ・スケジュールは変更になる場合があります。
- ・悪天候によりスイム競技が危険と判断した場合、ディアスロンへ変更します。
- ・昨年度の合宿時の海水温度は18.3℃でした。トライスーツのみでは寒いと予想されますので、安全面も考慮しウエットスーツの持参をお願いします。
- ・2日目のレースシュミレーションの際、バイクコース・ランコースともに公道を使用しますが、交通規制は行いません。信号等の交通ルールは厳守をお願いします。
- ・タイム計測は行いません。各自をお願いします。
- ・レースシュミレーションのコースは3種目とも全て2周回(スイム750m×2・バイク20km×2・ラン5km×2)で行います。当日のご自身の体調やコンディション、実力に応じてスキップ(スイム1周回⇒バイク2周回⇒ラン1周回)などでもOKです。