

令和2年玄海（芦屋）スイム&ラン練習会

(玄海トライアスロンクラブ定例練習会)

令和2年7月14日作成

開催日時 : 令和2年9月6日（日曜日）

開催会場 : 芦屋海浜公園のあずまや（スタート/フィニッシュ）

	一般	ジュニアスタート
競技距離 :	スイム 2km（芦屋海水浴場）	200m
	ラン 10km（サイクリングロード）	5km
	競技時間 ジュニアが終わり次第～13:00頃終了	10:00

参加費 GTC会員 2000円 会員外3000円 子供1000円（弁当代、保険、その他経費込み）

参加費振込先 : ゆうちょ銀行からだけです。 : 記号17410番号11851491 玄海トライアスロンクラブ会計小園和美

申込書郵送先 参加申込書、誓約書に必要事項を記入し下記へ郵送かメールで送ってください、参加費を振り込んでください。

参加申し込み書は玄海トライアスロンクラブHP(<http://gtc.main.jp/>)からダウンロード出来ます。

: 〒800-0256北九州市小倉南区湯川新町3-19-31 GTC事務局 大土 善晴

Eメール k.y-otuti0629@sky.plala.or.jp

締切日 令和2年8月31日必着

予定時間

受付 : 8:30～9:00

競技説明 : 9:10～9:30

ジュニア スタート : 10:00

競技終了 : 13:00

順位発表 : 13:40 皆さんに御紹介程度で。

解散 : 14:30 片付けのご協力をお願いします

ボランティア募集
大会のお手伝いをして下さ
る方、大募集中！
選手を応援しながら、一緒に
楽しみませんか？

お願い① : コロナ終息の兆しが見えますがまだまだ油断は出来ません。競技中以外はマスクの着用をお願いします。コロナ禍で練習不足だと思います。無理をせずに、楽しんでください！！

お願い② : 駐車場は西側のシャワー設備方向より、規則正しく駐車をして下さい

お願い③ : 水泳：ライフセーバーと陸上での監視となっています。泳ぎに自信のない方は足の届く位置で泳いで下さい。もし水泳競技の続行不能と感じましたら、ためらわずに陸に上がって下さい 又、水泳の途中のリタイアでも次の競技を続行出来ます。**安全を第一に落ち着いて完走を目指してください。**

ラン：コース誘導とエイドに、ボランティアを配置します。

選手の皆さんは当練習会を次の大会につなげる練習と位置付けて走って下さい。

水、塩、氷を多くとり体温の上昇、熱中症を防いで下さい。（熱射病、熱中症は大変危険です）

体と相談して勇気あるリタイアも大切な事です。

当日迄の健康管理には慎重に行ってください

貴重品等の管理は自分で行ってください。

海浜公園は我々だけの物ではありません。一般の公園内のお客さんと摩擦は避けるようお願いします。

上記のお願いを必ず守って下さい。事故、怪我が起きると来年以降の練習会が出来なくなります。

◆ お問合せ先 急ぎの場合を除き、問い合わせはメールで玄海HPの事務局からお願いします。
: 携帯:090-9077-7680(9時～16時勤務中です、できるだけSMSでお願いします。)

令和2年玄海(芦屋)スイム&ラン練習会□

(玄海トライアスロンクラブ定例練習会)

参加申込書

ふりがな			
氏名			
生年月日	昭和・平成	年	月 日 歳 男・女
住所	〒		
		TEL	携帯
緊急連絡場所	名前	TEL	
会員番号			
支部/所属クラブ			

ボランティアを連れて来られる方 _____人
SWIM 1000mのタイム _____分 _____秒
応援者の弁当(ボランティア以外の方) _____人

誓約書

私事、この度「令和2年スイム&ラン練習会」に参加し、
競技中の事故においては私の責任とし、一切主催者に対してご迷惑をおかけしない事を
誓約して参加申し込みを致します。

2020年 月 日

参加者 自筆署名 捺印 _____ 印

上記誓約書に家族全員同意します。

家族代表者 署名 捺印 _____ 印

本人との続柄 _____