

トライアスロンチャレンジ講習会のお知らせ



トライアスロンを始めてみたいけど、どんなものを購入し、
どれくらいの費用が必要なの？申し込みはどうするの？
トレーニングの方法をどうやればいいのか分からない・・・
という様々な問題をトライアスロン始めてみたい、または興味がある方に
トライアスロンコーチが丁寧に分かりやすくレクチャーします！

【主催】 福岡県トライアスロン連合

【内容】 ZOOMを使用したオンライン座学講習

トライアスロンに必要なもの、トレーニング方法、トレーニング環境の作り方
トライアスロンレースの種類、レースの申し込みの方法など

【スケジュール】 ※内容はどの日も同じなのでご都合の良い日をお選びください

1月24日 日曜 9:00-10:30

1月30日 土曜 20:00-21:30

2月 6日 土曜 21:00-22:30

【参加費】 無料

【申し込み】

指定のウェブ申し込みまたは、以下のアドレスまで氏名、年齢、連絡先を明記の上、
メールを送ってください。

triacademia@yahoo.co.jp

締め切り 各講座開催日の前日まで

【講師】

樋口玲士(ひぐちれいし)

競泳OWS元日本代表選手、2018トライアスロン世界選手権エイジ部門日本代表選手

日本トライアスロン連合公認中級指導者

福岡県トライアスロン連合普及委員

福岡県水泳連盟強化指定コーチ

GARMIN公認指導者

IFCO認定フィジカルトレーナー

NESTA公認HPS

BIKEFIT公認バイクフィッター

Fitarc公認RAS

