

大村市トライアスロン協会 トライアスロン安全講習&練習会

トライアスロンレースシーズンに先立ちレースに参加される皆さんの事故の予防と実践的な技術向上を目指し、下記のとおり安全講習及び練習会を行います。

安全講習については日本赤十字社の協力をいただき心肺蘇生法及び水上安全法の講習を行います。また、練習会については海スイム、バイク及びランの連続した練習を行います。(トランジション含む。)

当日の天候等によっては、内容を変更させていただくこともありますので、あらかじめご了承ください。

記

1 日 時 令和元年5月11日9時30分～12時00分

※雨天実施、荒天中止

2 場 所 諫早市飯盛町結の浜マリンパーク

3 内 容

(1) 安全講習

心肺蘇生法、水上安全法(海での自己保全、水難救助法等)

(2) トライアスロン実践練習

スイム400m、バイク12km、ラン3kmを連続して実施

※希望者は2セット実施。

※天候等により練習内容を変更することがあります。

4 参加料 無料(飲料水、補給食については各自で用意してください。)

5 参加申込

次のアドレスへメールで氏名、年齢、住所、電話番号、トライアスロン歴を連絡してください。

大村市トライアスロン協会 安達知誠

e-mail oomuratorakyou@gmail.com

電話番号 090-8409-4699

6 その他

講習及び練習会時のケガ・事故につきましては、自己責任とさせていただきます。

問い合わせ先

大村市トライアスロン協会 安達知誠

電話 090-8409-4699

e-mail oomuratorakyou@gmail.com