

トライアスロン安全講習&練習会 (大村市トライアスロン協会)

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。

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5年5月20日13時00分～16時00分

※小雨実施、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(講師:日本赤十字社水上安全法指導員)

心肺蘇生法、海での溺水防止、救助法

(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

※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、生年月日、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・病気につきましては、自己責任とさせていただきますので、参加者自身で事故防止など安全等への配慮をしっかりと行い無理はしないでください。

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