

# トライアスロン初心者体験教室

## 1 趣 旨

比較的新しいスポーツであるトライアスロン。その普及のために初心者及び未経験者の方々を対象にトライアスロンの基礎、楽しさ等を伝えながらトライアスロン練習を体験してもらう。

## 2 日 時 令和7年7月27日(日)09時00分～12時00分

## 3 場 所 萱瀬ダム運動公園(長崎県大村市黒木町 584)

## 4 参加対象者

トライアスロン初心者、未経験者(経験者も参加可です。小中学生は、保護者同伴のこと。)

## 5 内 容

トライアスロン概要説明  
ロードバイク基本走行  
ランニングの基本練習  
デュアスロン体験(ラン+バイク+ラン)

## 6 参加費 無料

## 7 申込み方法

右下のQRコードから Google フォームへアクセスし必要事項を入力して申込してください。QR コードからアクセスできない場合は、メールにて次のアドレスへ「初心者教室申込」と記載し申し込みをお願いします。申し込み用フォームを送信しますので、入力をお願いします

申込先 大村市トライアスロン協会 安達知誠  
Eメールアドレス | oomuratorakyou@gmail.com  
(申込み締切り)7月21日(月)

申込フォーム



## 8 持ってくるもの

自転車(ロードバイクを推奨、無い場合は練習を見学)、ランニングシューズ、バイク及びラン練習ができる服装、ヘルメット、補給食、飲料水

## 9 その他

- 暑いかもしれませんので、適した服装、こまめな水分補給を心がけ、決して無理をしないようにしてください。
- 練習中のケガ・事故につきましては、自己責任とさせていただきます。
- 参加者の技量や天候等により、内容を変更することもあります。
- 駐車場には限りがあります。ご注意ください。

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

# 案内図

