

トライアスロン初心者体験教室

大村市トライアスロン協会

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ことを目的に初心者体験教室を実施しました。

猛暑ではありましたが、山間部で実施したため、気温は少し低く、誰も熱中症になることなく実施できました。バイクもランも基本的な動作の練習はなかなかする機会がなく、今回の講習内容は新鮮で皆さん楽しんで練習されていました。

1 日 時 令和7年7月27日(日)09時00分～12時00分

2 場 所 萱瀬ダム運動公園(長崎県大村市黒木町 584)

3 参加者 11名(11歳～54歳)

4 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 1km+バイク 4km+ラン 1km)

