

# トライアスロン練習会2026. 3

## 1 趣 旨

トライアスロン愛好者の知識、技術の向上とトライアスロン初心者、未経験者の方々にトライアスロンの楽しさを感じていただき、その普及を目指す。

2 日 時 令和8年3月14日(土)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

トライアスロン愛好者、初心者(未経験者も可、未成年は必ず保護者の承諾を得ること。)

## 5 内 容

ランニング(グランド、アップ、フォームチェック、軽めのインターバル)  
バイク(ダム周回 20km)

6 参加費 無料

## 7 申込み方法

次のアドレスへメールにて件名に「3月練習会申込」と記載し氏名、性別、年齢、生年月日、住所、電話番号を明記し申し込みをお願いします。(未成年者にあつては、保護者氏名、電話番号も記載願います。)

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〉3月12日(木)

## 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、補給食、飲料水

## 9 その他

- ・ 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、内容の変更や中止を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

