

## ちびっこトライアスロン教室 in ラグナシア

愛知県トライアスロン協会

今枝 誠

7/5（土）毎年恒例のちびっこトライアスロン教室 in ラグナシアが開催。地元蒲郡市をはじめ県内外から 56 名の元気な小学生がラグーナ蒲郡に集まりました。

### 【スイム】

泳力別 3 グループに分かれてラグナシアの広々としたプールでオープンウォータースイム。上級グループはブイを浮かべて本格的なトライアスロンスイムにも挑戦しました。

### 【バイク】

安全運転講義では 3 つの急動作、急停止、急発進、急ハンドルに注意しようと学びました。

### 【ラン】

低学年・高学年グループに分かれてラダーやハードルを使った技術練習と持久走（5 分間・10 分間）に挑戦。10 分間走にはご家族有志も参加され賑やかで楽しい持久走となりました。

教室終了後には多くの参加者がご父兄と一緒にラグナシアに再入園され有意義な時間をすごされました。参加されたみなさん、ありがとうございました。

