

# 令和3年度トライアスロン競技力向上対策実施要項 愛知・岐阜合同強化練習会開催要項

令和3年8月20日

- 1 目的 トライアスロン競技を担う選手の育成・強化を図り、競技力向上に努める
- 2 主催・主管 (一社) 愛知県トライアスロン協会・岐阜県トライアスロン連合
- 3 日時 令和3年9月5日(日)

## 【スケジュール予定】

### ■9月5日(日)

7:00~7:15 笠木峡カヌー練習場集合 <https://goo.gl/maps/RrYx7yHcFKMozT5e7>

7:30~8:30 W-up (試走)

8:30~10:30 BIKE 6km 往復 (12km)

1 セット目 12km T.T \*ドラフティングなし

2 セット目 24km ビルドアップ走 ※ドラフティングあり

3 セット目 12km 高速ローテーション練習 ※ドラフティングあり

11:00~13:00 昼食・休憩 \*昼食は、お弁当を用意しています。

13:00~14:00 : SWIM OWS 200m×2 セット

14:00~16:00 トライアスロン練習 : S200m+B6km+R1km 2 セット \*ドラフティングあり

\*天候などの状況に合わせて変更する場合があります

17:00 頃 現地解散

- 4 練習場所 笠木峡カヌー練習場周辺
- 5 実施内容(練習予定) スイム・バイク・ラン(実践練習等)
- 6 参加者
  - 1) 三重国体代表選手、補欠選手
  - 2) JIU 強化指定選手
  - 3) コーチ推薦 (トレーニングパートナー)
- 7 参加費 無料
- 8 指導者 JIU 公認指導者数名

■お問い合わせ・当日の緊急連絡先：岐阜県トライアスロン連合 担当：篠原

・メールアドレス：[y8f7faed728by@gmail.com](mailto:y8f7faed728by@gmail.com)・携帯電話：090-9187-1224

\*エントリーフォーム：<https://forms.gle/35R3KXviWLzxFnfV6>

\*最終案内はエントリー締切後、メールにてお知らせいたします。

\*締切：8/31(火)まで

■新型コロナウイルス感染症対策としてのスポーツ活動再開ガイドライン：<https://www.jtu.or.jp/hjueuewohu83kj/>

■日本スポーツ協会ガイドライン：<https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid1278.html>

## ■参考

・正しい手指消毒、正しい手洗い、咳エチケットなど：<https://www.mhlw.go.jp/content/000501120.pdf>

・新型コロナウイルスに関する Q&A (厚生労働省 HP)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00001.htm](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.htm)

この事業は、(公財)愛知県スポーツ協会からの補助金のもとに実施します。