

令和8年7月10日

- 1 事業名 国スポ強化事業
- 2 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
- 3 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
- 4 日時 令和8年8月15日(土)・16日(日)

【スケジュール予定】

■8月15日(土)

06:20 集合(東邦 SC)

06:30-08:00 スイム練習

08:30-09:30 移動

10:00-15:00 バイク練習:中津川蛭川周回コース(約9km×2周×3set)+移動20km

15:00-16:30 休憩

16:30-17:30 リカバリースイム(根の上湖) or ラン練習(10km)、流し(根の上湖周辺)

18:00-20:00 夕食・ミーティング

■8月16日(日)

06:00-06:45 ジョグトレラン(約5km)・補強トレーニング(根の上湖周辺)

07:00-07:30 朝食

08:45-11:30 【予定】実戦練習トライアスロン(S200m+B10min+R0.8km×5set)(根の上湖周辺)

*天候などの状況に合わせて変更する場合があります

11:00-12:00 昼食

12:00-16:00 バイク練習:根の上湖⇒東邦 SC(約75km)

16:00-16:45 スイム練習:東邦 SC(リカバリースイム)

17:00 ミーティング・解散

*天候などの状況に合わせて変更する場合があります

5 練習場所 スイム:東邦スイミングクラブ・バイクラン:根の上湖周辺

6 宿泊場所:あかまんロッジ <https://akamanmalodge.wixsite.com/nenoue>

7 参加者

- 1) あおもり国スポ代表選手、補欠選手
- 2) コーチ推薦(トレーニングパートナー)

8 参加費 無料

9 指導者 TRIJ 公認指導者数名

10 お問合せ・申込先:(一社)愛知県トライアスロン協会 担当:斉藤 kyoka@tri-aichi.com

*エントリーフォーム: <https://forms.gle/UbdxULL1eQRFPPq5>

*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:8/9(日)まで。

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。
