

第16回 前橋インドア健康トライアスロン

距離はオリンピックの4分の1

距離はオリンピックの半分

ショートの一部

スタンダードの一部

スイム(泳法自由)	375 m
バイク(エアロバイク)	10km
ラン(トレッドミル)	2.5km
スイム(泳法自由)	750 m
バイク(エアロバイク)	20km
ラン(トレッドミル)	5km

参加者大募集(ボランティアも)！初心者&未経験者大歓迎

当日申し込みOK！！

誰でも気軽に簡単に楽しめるトライアスロンはいかが？

一人でだめでも各パートを分担するリレーでもOK！ Let's enjoy !!

前橋テルサフィットネスクラブの中で、初心者&未経験者の方を対象にしたお手軽トライアスロン。

あなたも今日からトライアスリート！ 当日エントリー可！

主催：前橋トライアスロン協会 群馬県トライアスロン協会

日時：平成23年1月16日(日)午後6時～

会場：前橋テルサフィットネスクラブ(前橋テルサ7階)

参加費：1,500円(施設使用料含む、当日徴収、高校生以下無料)

参加資格：小学生3年生以上

距離：ショートの一部 スイム 375m(泳法自由)、バイク(エアロバイク) 10km、ラン(トレッドミル) 2.5km
スタンダードの一部 スイム 750m(泳法自由)、バイク(エアロバイク) 20km、ラン(トレッドミル) 5km

定員：10人程度ショート、スタンダード、リレーの部含む

スケジュール

受付：18:00～18:15まで

競技説明・ウォーミングアップ：18:15～

スタート：18:30～ 終了：20:30

申込締切：1月16日(日)当日申し込みOK！

申込・問合せ先：下記へ申込用紙、または、電話にてお申し込み下さい。

☆前橋トライアスロン協会 桜井正明 〒370-3573 前橋市青梨子町858

TEL 090-5431-1710 E-mail sakura-m@k1.wind.ne.jp



前橋インドアトライアスロン申込書(個人・リレー)

第16回2011/1/16開催

参加内容(ショートの一部 スタンダードの一部 リレーの一部) 該当を○で囲む

※リレーの部は各自記入 チーム名 (スイム・バイク・ラン)

氏名	男・女	年齢(歳)
住所	〒	
TEL	メールアドレス	
携帯電話		

誓約書

私はこのイベントに参加するに際し、本人の責任において健康を管理し、良好な健康状態で施設の利用を行います。また、施設内においては、施設利用規定等を遵守すると共に、発生した事故等は自らの責任を負うことを本人の署名捺印の上誓約します。

氏名 _____ 印 _____