

国スポ代表選手と一緒に練習しよう

# トライアスロン練習会

2026シーズンでのランクアップに向けて練習方法をチェック

2026年 3月22日(日) 開催 8:30~11:55

会場：三重交通スポーツの杜 鈴鹿  
(第2駐車場・第1第2グラウンド・屋内25mプール他)

対象：登録会員(新規登録予定の方含む)  
(小学4年生以上から成人までの登録会員)

定員：先着20名 ※3月15日締め切り  
(但し、定員に達し次第、締め切らせていただきます)

参加費：高校生以上 3,000円  
小学4年~中学生 1,500円  
(保険料含む、※当日閉会式にていただきます)



## 《スケジュール》おおよその予定

- 8:30~ 集合・開会挨拶(第1駐車場 南側)
- 8:40~ グループ別 バイク、ラン練習  
※周辺の交通事情を鑑み、駐車場内とグラウンドでの練習が中心です。
- 10:30~ スイムドリル練習(屋内プール)
- 11:40~ 閉会式(会議室)、参加費徴収・配布物手渡、事務連絡、記念撮影、  
※悪天候の場合、内容変更有り  
※経験年数などにより  
クラスに分けて実施予定



《講師の紹介》※海外遠征の都合で変更の可能性あり

- ・**拵田貴理丸**=度会町出身、国体(国スポ)、日本選手権出場、トライアスロンコーチ1資格取得
- ・**拵田日菜果**=度会町出身、2025年の成績、国スポ滋賀10位、日本選手権9位、年間ランキング12位
- ・**前田凌輔**=愛知県出身、2025年の成績、国スポ滋賀6位、日本選手権10位、年間ランキング6位



## 《当日の持ち物》

水着、ゴーグル、キャップ、タオル、バイク・ランシューズ、上靴、動きやすい服装、飲み物、自転車、ヘルメット、コインロッカー用の100円(お帰りの際戻ります)

## 《環境啓発活動への協力依頼》

ペットボトルキャップを集め、7月に志摩市で開催する「ちびっこアスロン」の完走メダルに再生する取組を進めています、ぜひ皆様のお家でも集めていただき当日

申込メールアドレス：[mta-entry@mie-triathlon.org](mailto:mta-entry@mie-triathlon.org)

※参加者氏名・登録番号・競技歴(年)・住所・携帯番号をメールに記載下さい。

問い合わせ先 (一社)三重県トライアスロン協会 090-7303-4865 (担当:木本)

主催：三重交通G スポーツの杜 鈴鹿、(一社)三重県トライアスロン協会

協力：三重県、三重県スポーツ協会、ジャパンスポーツ運営