

山本良介トライアスロンセミナー

+1500m水泳記録会 (記録会のみ参加可) ◆記録証発行します

2019/12/7(土) 11:00~12:00 1500m水泳記録会、13:00~17:00 スイムセミナー
秋葉山公園県民水泳場(和歌山市秋葉町4番11号)

2019/12/8(日) 9:00~15:00 バイク&ランセミナー

河西緩衝緑地体育館(西松江緑地)と多目的広場ほか(和歌山市松江字29町場2000)

講師 山本良介氏 プロフィール

1979年5月17日生まれ 178cm/68kg B型 京都府出身 向陽台高校卒業

◆北京オリンピック日本代表(2008) ◆世界トライアスロン選手権日本代表(2001~)

◆アジアトライアスロン選手権日本代表(2001~)※アジアチャンピオン(2008/2009)

◆ショートディスタンス日本選手権 優勝(2010)

◆ロングディスタンス日本選手権 優勝(2012) ※ショートディスタンスWタイトル史上2人目

その他ショートトライアスロン大会優勝多数



対象者;セミナー:トライアスロン経験者・愛好者・興味のある方。水泳記録会:1500m泳げる方。

参加費(2日通し); WTU会員4,000円、非会員5,000円 ※1日のみ参加は、各2千円引き

※当日集金します。当日キャンセルは実費をいただきます。保険料、エイド、12/8(日)の弁当代含む。

スケジュール; 12/7(土) 11:00~12:00 水泳記録会、13:00~17:00 スイムセミナー(講義&実践)

10:30~11:00 記録会受付(1Fフロント横)~各自でウォームアップ

11:00~12:00 記録計測開始~終了

12:40~13:00 セミナー受付(1Fフロント横)

13:00~17:00 スイム講義/ドリル実践(プール及び控室)

12/8(日) 9:00~15:00 バイク&ランセミナー

場所:河西緩衝緑地体育館(西松江緑地) 多目的広場、トリムコース、紀ノ川サイクリングロード(晴天時)

9:00~ 9:30 受付(河西緩衝緑地体育館内)

9:30~12:00 固定ローラー(バイク): 晴天時は戸外でバイク実走も

12:00~13:00 休憩、昼食(お弁当)

13:00~15:00 ストレッチ&ランセミナー

(※は2日目のみ)

準備物)3種運動用具、筆記用具、※着替え、※バイクローラー(固定式)、※ロードバイク、※給水ボトル

申込〆切:令和元年12月2日(月) 定員(目安):水泳記録会8名、土曜セミナー16名、日曜セミナー20名

主催:和歌山県トライアスロン連合(WTU)強化普及委員会

問合せおよび緊急連絡先 090-4490-7573 (担当:WTU田中)

下記申込書を送信 または FBメッセ または Google form (右記QRコード) にてお申込みください。

■FAX:073-499-4667 ■mail:wtukyoka@gmail.com



キリトリ

申込日:2019年 月 日

①ご住所	(〒)		
②お名前		③性別	
④生年月日	年 月 日 (才)	⑤血液型	型
⑥携帯電話番号		⑦MAIL	
⑧緊急連絡先(続柄)		⑨バイクローラー台持参	可/否
⑩スイム歴	年	⑪バイク歴	年
⑬参加内容	12/7(土) 1.5km水泳記録会(11時~)	参加、不参加	
	12/7(土) スイムセミナー(13時~)	参加、不参加	
	12/8(日) バイク&ランセミナー(9時~)	参加、不参加	
⑭参加費	下記より選択		円
	Aパターン:両日とも参加、WTU会員		4,000円
	Bパターン:両日とも参加、WTU非会員		5,000円
	Cパターン:1日のみ参加、WTU会員		2,000円
	Dパターン:1日のみ参加、WTU非会員		3,000円
⑮応募動機			
⑯聞いてみたいこと			

※当日受付にて安全と補償範囲と肖像権に関する誓約書にご署名お願いいたします。