

アクシー中央 Jrトライアスロンスクール スケジュール表

2019年3月～

実施日	曜日	実施種目	時 間	会 場	必要チケット数	内容予定
3月2日	土	室内バイク	8:00-9:15	アクシー中央	1	コンディショニング 室内バイクトレーニング
3月9日	土	練習お休み				
3月16日	土	室内バイク	8:00-9:15	アクシー中央	1	コンディショニング 室内バイクトレーニング
3月23日	土	室内バイク	8:00-9:15	アクシー中央	1	コンディショニング 室内バイクトレーニング
3月30日	土	室内バイク	8:00-9:15	アクシー中央	1	コンディショニング 室内バイクトレーニング
4月6日	土	バイク	8:00-9:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイク基礎トレーニング
4月13日	土	バイク+ラン	8:00-9:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
4月20日	土	バイク+ラン	8:00-9:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
4月27日	土	ラン	9:00-10:15	新潟市陸上競技場	1	ランドリル 基礎走力向上 インターバル
5月4日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
5月11日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
5月18日	土	ラン	9:00-10:15	新潟市陸上競技場	1	ランドリル 基礎走力向上 インターバル
5月25日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
6月1日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
6月8日	土	ラン	9:00-10:15	新潟市陸上競技場	1	ランドリル 基礎走力向上 インターバル
6月15日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
6月22日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング
6月29日	土	バイク+ラン	7:00-8:15	山田・善久 河川敷公園	1	バイクトレーニング ラントレーニング

※練習への参加は自己責任になります。各自スポーツ傷害保険への加入を推奨しています。

※実施種目及び会場は天候、講師都合により変更になる場合があります。その際はメールで

お知らせいたします。

お問合せ先 アクシー中央(担当 新井) TEL025-267-7322 Mail aqixy-chuou@2555.co.jp