



▶窓口申込開始日： 2026 年 4 月 20 日(月)

# トライアスロン教室

アクアスロンやトライアスロンに興味をお持ちの方、  
100m未満泳げる初級クラスと100m以上泳げる中級以上のクラスに分かれ  
て教室を実施します。ご家族での参加も大歓迎!  
トライアスロンのスイムパートを攻略できるようにするだけでなく、  
ランニングや種目の切り替え部分のレクチャーも行います。

**対 象** 25mを完泳できる小学4年生以上

100m未満泳げる初級クラスと100m以上泳げる中級以上のクラスに分かれて教室を実施します

開催日 2026 年 5 月 12 日(火) <sup>＼ランニングの日／</sup> 19 日(火) 26 日(火)

19:00~19:50

募集人数 20 名

## 料金

月申込 2,100 円 <sup>税込</sup>  
(3回)

1 回 900 円 <sup>税込</sup>

+別途入場料

## 持ち物

スイム  
水着、ゴーグル、キャップ

ラン  
シューズ、動きやすい服装

※当日の天気によってレッスン内容が変わる可能性  
があるため、念のためスイムの準備もお願いします

お申込は  
受付窓口  
まで

024-926-0450

郡山しんきん開成山プール  
住所 福島県郡山市開成一丁目5-12  
WEB <https://www.kaiseizanpool.com/>

講師

菊池日出子 HidekoKikuchi

主な戦績：  
アメリカンカップ(2017/ラパス) 3位  
日本デュアスロン選手権(2016/福島) 2位  
日本トライアスロン連合 パラトライアスロン  
ハイパフォーマンスチームコーチ(2019年以降)

