



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クラスに分かれて教室を実施します

＼ランニングの日／

開催日 11月 7日(火) 14日(火)

19:00~19:50

募集人数 20名

料金

月申込 1,400円税込

1回 700円税込

+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異なる可能性
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 Hideko Kikuchi

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)

