

令和２年度吹田市トライアスロン教室開催要項

- 1 目的 エアロビクス運動の代表種目でもある水泳・自転車・ランニングを連続して行うトライアスロンを通して市民の健康と体力づくりを目指します。
- 2 共催 吹田市・吹田市トライアスロン連盟
- 3 日時 第１期 令和２年４月～６月の３ヶ月間
第２期 令和２年７月～９月の３か月間
第３期 令和２年１０月～１２月の３か月間
第４期 令和３年１月～３月の３か月間
毎週水曜日、木曜日、金曜日 午後７：００～８時４５分
- 4 会場 吹田市立総合運動場(木曜日)又は片山市民プールトレーニング室(水・金曜日)
- 5 内容 ◆水曜日 固定式自転車での自転車練習・ウェイトトレーニングの指導(小４年以上)
◆木曜日 トラックを使用してランニング(ペース走やビルドアップ走)の指導
◆金曜日 トライアスロンの為のスイム指導
- 6 参加資格 吹田市内在住・在学・在勤(小学生以上)の者を優先します。
- 7 定員 先着高校生以上３０名、小中学生１０名
- 8 参加費 ①高校生以上
１５０００円+スポーツ保険料 1850 円(年間４月～翌年３月)
②小中学生
１～３年 6 0 0 0 円・４～６年 9 0 0 0 円+スポーツ保険料 800 円
(注１) 教室開催日に納入してください。納入後の返金はいたしません。
(注２) 新規の教室参加者は全員スポーツ保険に加入していただきます。
- 1 0 申込受付 ３月１日(日)～１４日(土)に、下記まで。
〒564-0014 吹田市吹東町 55-14 TEL/FAX 06-6383-3589
吹田市トライアスロン連盟 石橋剛 宛
※問い合わせは、070-4081-8304(石橋剛)までお願いいたします。
- 1 1 講師 吹田市トライアスロン連盟指導員
- 1 2 注意事項 ①教室開催日に参加費と印鑑をご持参ください。
中学生以下の参加者は保護者の参加承諾書を必ず提出してください。
②体調不良の時は受講しないようにしてください。また、受講中に体調が悪くなったときは速やかに指導員に申し出てください。
③教室開催中の負傷などの事故については、応急処置のほか主催者は一切の責を負いません。
④小学生の参加の送り迎えは保護者が必ずしてください。