

令和4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4年4月～7月の4ヶ月間
第2期 令和4年9月～12月の4か月間
第3期 令和4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ィム指導
- 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20名、小中学生10名
- 8 参加費 ①高校生以上
5,000円(1か月)+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2,000円・4～6年3,000円(1か月)+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。
- 10 申込受付 3月1日(火)～14日(月)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。
- 11 講師 吹田市トライアスロン連盟指導員
- 12 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。