**中国ブロック強化練習のご案内**

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　中国ブロック強化担当

　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　小原　工

陽春の候、ますます御健勝のこととお喜び申し上げます。日頃は中国ブロックの強化活動についてご理解、ご協力を賜りありがとうございます。このたびブロック春季強化キャンプにつきまして、ご案内が大変遅くなりまた、選手、保護者の皆様にご心配、ご迷惑をおかけし大変申し訳ございませんでした。今回まとめた人数分の宿泊先が確保できなかったため強化練習という形でご案内させていただきます。何卒ご了承の程よろしくお願いいたします。

１、目　　的：「2018年シーズンの目標に向けての競技力向上」

２、開催日程：平成３０年４月７日（土）８日（日）
　　　　　　　午前10時15分鳥取県営東山水泳場駐車場集合

３、開催場所：鳥取県米子市近郊
４、主　　催：JTU中国ブロック協議会

５、後　　援：鳥取県トライアスロン協会
６、対象選手：U15・U19・U23に準ずる選手
７、参加費：２日間U15 /U19 4,000円、U23 4,500円（施設使用料・保険料・弁当・指導料）

　　　　　　 １日　U15 /U19 2,500円、U23 3,000円（施設使用料・保険料・弁当・指導料）

８、練習内容：4月7日（土）午前10時
午前10時半～12時　スイム（基礎練習及びインターバル）
午後1時半～3時半　バイク（テクニック＆集団走）
午後3時半～5時半　ラン（ドリル＆2,000mペース走×2～3本）

　　　　　　　4月8日（日）午前9時～午後1時　デュアスロントレーニング
午後2時～3時まで　OWS（皆生海岸※要ウエットスーツ）

９、持ち物：スイム用具一式、バイクギア一式、ラン用具一式、ウエットスーツ（8日のみ）、

　　　　　　　タオル、水分、補給食、保険証のコピー

１０、宿泊について：2日間参加される方で宿泊が必要な方は各自で予約をお願いいたします。

１１、申込方法：氏名、連絡先、参加カテゴリーを明記の上、以下のメールまたは小原工のメッセン

ジャーまでご連絡ください。件名は「中国ブロック強化練習参加」でお願いします。

　　　　　　　　E-mail　info@tottori-ta.com 又は　tchey-obara@hotmail.co.jp まで

 　　担当責任者　中国ブロック強化担当　小原　工　連絡先　090-9501-0091