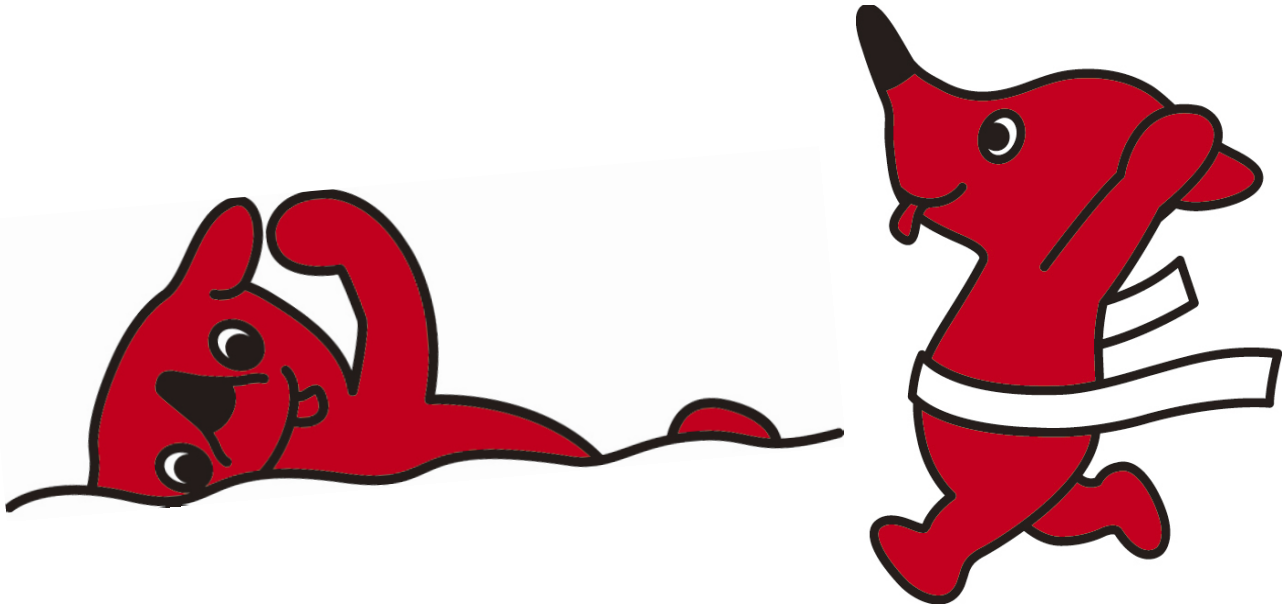


# 第8回市川アクアスロン教室

平成27年7月11日(土)開催



- ◆ 市川市と協力のもと「市川アクアスロン教室」を開催します。  
振るってご参加ください。
- 主催：市川トライアスロン協会 共催：市川市 後援：市川市体育協会  
協力：千葉県トライアスロン連合・マイトトライアスロンクラブ

【開催日時】 平成27年7月11日(土)  
受付 8:00～ 市川市市民プール  
開会式 9:20～

【開催内容】 スイム：900m ラン：2400m

【参加】 資格：高校生以上で、内容に対応できる男女（募集：先着50名）  
参加費：3,000円（高校生は保護者の同意が必要）  
※参加費は、銀行振り込みでお支払い願います。  
振込先：三菱東京UFJ銀行 市川支店  
普通0001742 市川トライアスロン協会  
申込方法：インターネットから（6月30日（火）締切）  
URL：<http://www.ichikawa.tv/ita/>  
※「市川アクアスロン教室」で検索してください。

【お問合せ】 ・市川トライアスロン協会  
(Tel) 090-3200-0840 (同協会 安田)  
・市川市文化スポーツ部 スポーツ課  
(Tel) 047-373-3112

## ◎アクアスロン競技とは

「アクアスロン」は泳いで走る複合競技です。複合競技として有名なのは、泳いでから自転車に乗り、その後に走る「トライアスロン」があり、シドニーオリンピックより公式競技（総距離は 51.5km）にもなっております。他にも走ってから自転車に乗り、再度走る「デュアスロン」、トライアスロンのオフロード版の様な「エクステラ」、原野や山岳コースを大胆に使ってラン、MTB、カヌー、その他様々な競技を組み合わせた「アドベンチャーレース」など幾つかの競技があります。

「アクアスロン」はスイムとランを組み合わせる事により、水中競技と陸上競技、双方に必要な筋肉や心肺機能をバランス良く鍛えるのに適しています。特にこれから大きな可能性を持った少年少女達には、是非一度はトライして頂きたい競技です。

今回は教室という事で距離を短めにしてありますので、是非この機会に「アクアスロン」という競技を経験され、いずれは本格的に「トライアスロン」などの複合競技へ挑戦される足がかりにして頂ければと思います。

市川トライアスロン協会一同