

2018年7月JTRC練習会のご案内

レースに向けてさらなる向上めざし、熱中症などにならぬよう体調管理を万全にして練習に励んでいただきたいと思います。OWS も自己責任で気を付けてお願いします。皆様の沢山の参加をお待ちしております。

- 1、 日時 7月8日(日) 集合8:30 スタート9:00
- 2、 場所 集合場所 千葉市稲毛海浜公園
稲毛記念館近くの東屋 (ほぼ公園の中央)
電車 JR 京葉線稲毛海岸駅より徒歩15分程度 (地図参照)
- 3、 練習メニュー
スイム 約1,5K スイムキャップ、ウエット持参で!
ラン 10K
小雨決行 (メニュー等変更します)
- 4、 その他 昼食は各自持参ください。エイドステーションはあります
準備の都合上、参加の方はメールにてご連絡ください
※強風等により場所を移動する可能性があります。



今年も甘いスイカを用意しておきます。お楽しみに！