

2018年 6月練習会報告

報告：K・K

手賀の丘公園周辺でのデュアスロン練習会には、幹事含めて9名の参加で行いました。
(K・Aさんは参加予定でしたが、腰痛のため欠席⇒佐渡までには完治させてください。
またご一緒したいです)

天気は心配されましたが、梅雨の中休みとなり、曇りでほとんど風もなく、気温も20度くらいと運動するのに絶好のコンディションになりました。

千葉市に在住していた時に、練習会の幹事を一度やらせていただきましたが、それから約26年ぶりの幹事となり、無事に練習会を終えホットしております。

練習会参加の皆様、お疲れ様でした。

<氏名次行は練習会参加者の今後の大会出場予定です>

◎O・Sさん=第1ラン+バイク1周で早退

<館山TR/手賀沼TR/九十九里TR/佐渡TR>

◎H・Kさん=1年ぶりのバイクの為、手賀沼サイクリングロードを20K走

<なし>

◎S・Kさん=第1ラン+バイク+第2ラン1周目で終了

<手賀沼TR/佐渡TR/霞ヶ浦TR>

◎T・Sさん=少し遅れて参加のため、第1ラン2周+バイク2周+第2ラン2周

<佐渡OWS/佐渡TR>

◎T・Yさん=千葉からバイクで参加

第1ラン(25分)、バイク(1H20秒)、第2ラン(35分)

<佐渡TR/アクアラインマラソン(フル)>

◎諸澤会長=第1ラン(22分31秒)、バイク(1H30秒)、第2ラン(31分)

<佐渡TR>

◎H・Nさん=バイク(1H11分)ラン10K(40分)

館山TRに向け、バイク、ランと全力で練習する姿勢は、今年のトライアスロンに賭ける思いが伝わってきました。参加する大会で上位目指して頑張ってください。

<館山TR/手賀沼TR/木更津TR/佐渡TR/九十九里TR/銚子TR/アクアラインマラソン(フル)>

◎O・Kさん=参加者へのサポートを主体の練習となりました。幹事ご苦労様でした。

<中島TR>

◎報告担当 K・K<江の島OWS(3K)/手賀沼TR/佐渡TR>

これからは、バイクは筑波山往復160~180K、ランは30K走とロング中心のトレーニングをします。



練習会終了後の集合写真