

初心者大歓迎！トライアスロンを親子で体験！

『親子 de トライアスロン in 大阪城公園』開催のお知らせ

気軽にご参加ください。

【開催日時】2022年10月9日(日)13時00分～14時30分 【開催場所】大阪城公園 太陽の広場

大阪城トライアスロン2022が大阪城公園内にて開催されるにあたり、同会場内の太陽の広場で、『親子 de トライアスロン in 大阪城公園』を開催します。

本プロジェクトは、トライアスロンの魅力に触れてもらうべく、ランニングワンポイントレッスンやジュニア用のロードバイク試乗など内容盛りだくさん！となっております。

トライアスロンの専門的なものを何も持っていなくても、「運動できる服装・履きなれた運動靴」で御参加可能となっております。多くの御参加をお待ちしております。

【親子 de トライアスロン in 大阪城公園】実施要綱

<日時> 2022年10月9日(日) 13時00分～14時30分

<会場> 大阪城公園 太陽の広場

<事前登録> <https://onl.bz/9b8MXVC>

<定員> 50名

<参加費> 無料(御参加に当たり1日スポーツ保険の加入を推奨します。1人500円。)

<ゲスト> ゲストコーチ 元オリンピック 中西 真知子様

<必要なもの> 運動できる服装、履きなれた運動靴、飲み物、タオル

<企画概要> ストレッチパート：可動域を拓げるストレッチ → 怪我をしにくい身体をつくる

RUNパート：正しい姿勢での走り方指導 → ラクに速く走れるようになる

BIKEパート(サイクルトレーナー使用)：高効率なペダリング指導 → スピードが出せるようになる

※内容は一例です。一部変更になる場合もございます。

<雨天対応> 小雨決行。荒天時、開催当日午前8時で可否判断予定をしております。

悪天候の場合は開催当日午前8時に開催可否を判断し、中止の場合は申込者へメールにて連絡予定。

<注意事項> 大会のホームページ、SNS等に写真または動画を掲載することにご了承の上、御参加をお願いします。



<会場案内>

JR大阪城公園駅から徒歩5分

ジョーテラスFテラスとEテラスの間に太陽の広場へ抜ける道があります。

【本件に関するお問合せ】

主担当：親子 de トライアスロン in 大阪城公園

実行委員会 滝本 祐一

TEL: 080-6754-2470 E-mail: scratch3145yt@gmail.com

副担当：森高・中川

TEL: 090-3975-1498(森高) TEL: 090-1073-4896(中川)