

試泳・試走会のお誘い

■日時

5/14(日)、6/4(日)、6/11(日)

■予定 5/14(日)、6/11(日)

7:00 集合(浜松市西区・レイクハマナスイム会場)

海岸清掃作業 試泳準備

7:30-8:30 試泳

8:45-9:45 バイクコース試走

■募集人員:15名程度

レイクハマナ・エントリー選手及び参加希望者

■当日の準備品

- ・ウエットスーツはトライアスロン用のものを準備してください スイムキャップ、ゴーグル等
- ・バイクはヘルメット、グローブ着用
- ・清掃用持ち物:軍手、熊手、帽子、ゴミ袋(あるものだけでOKです)

■スイム試泳会

- ・当日はスタッフがコースの説明、監視として一緒に泳ぎますが、安全第一で行います。自主的な試泳会ですので、各自で体調管理、自己責任での行動をお願いします。
- ・当日、緊急連絡先をお聞きします
- ・シャワーはありませんが水道は駐車場にあります

■バイクコース試走

レイクハマナバイクコース、魅力、注意点を紹介します

■参加費:1,000円(保険、エイド、新型コロナ・安全対策費等を含む 当日ご持参下さい)

■申し込み先:右のフォームから当日の3日前までにお申し込みください。

<https://forms.office.com/r/fFbPKqcj0T>

またはレイクハマナ事務局(佐々部)メールjsasabe@d2.dion.ne.jpへ

1)お名前、2)連絡先(メール、電話番号)、3)参加希望日(複数日可能)

をお知らせ下さい。保険の申し込み等がありますので、やむを得ない時以外は直前のキャンセルはご遠慮ください

■予定 6/4(日)

7:45 集合(浜松市西区・村櫛海岸駐車場
:大会会場)

8:00 浜松市クリーン作戦に参加
海岸清掃作業 試泳準備

9:00-10:00 試泳

10:00-11:00 バイクコース試走



水泳



サイクリング



初めてレイクハマナにチャレンジ する方にレイクハマナコースの紹介

試泳・試走会のお誘い

