

2015 三保スィムラン練習会のお知らせ

日時

2015年 7月12日 (日)

主催

清水あいろんクラブ

会場

三保海水浴場 内浜 市営海の家



駐車場

市営海の家の駐車場は、スペースが小さいため
外浜の土手の上の空き地に置いて(海の家邪魔にならないように)
会場まで海岸を歩いて来てください。

練習内容

スイム 約1000m (三保海水浴場 内浜)
ラン 約10km (三保海水浴場 内浜 三保マリーナ折返し から
外浜 三保の松原折返し)

参加費

1000円 (お弁当と飲み物が付きます)

タイムスケジュール

受付	8:00 ~ 8:30
コース及び注意事項説明	8:30 ~ 8:45
入水チェック	8:45 ~ 9:00
スタート	9:00 ~

誓約事項

- ・ランコースは一般歩行者等が多いコースです。
一般歩行者等がいる場合は停まる又は譲るなど一般歩行者等を優先とする。
- ・主催者は事故等に際し、一切の責任を負いませんので安全は各自の責任をお願いします。
以上の誓約事項を受付時の署名を持って誓約に同意とさせていただきます。

その他

- ・前日より各種警報が出ている場合は中止となります。
- ・小雨決行ですが主催者の判断により中止する場合があります。
- ・スイムキャップ着用してください。

申込み先

鈴木 (Eメール) cvasarin1231@yahoo.co.jp
(携帯) 080-6952-3831

事前申込み連絡のお願い

お弁当手配の関係上 **7月2日(木)までに** 参加者氏名の申込み連絡をお願いします。
できるだけクラブ、チームでまとめて連絡をお願いします。