



手話通訳
付

第6回

「トライアスリートのパフォーマンス向上セミナー」

日時：2025年2月11日(火・建国記念日)13:00～15:30

会場：日本財団ビル2階大会議室（〒107-8404 東京都港区赤坂1丁目2番2号）：

費用：トライアスロン都道府県競技団体（東京都登録）無料、学生連合登録会員（全国）無料

トライアスロン都道府県競技団体（東京都外登録者）500円

上記登録者以外 1,000円（※登録年は2024年又は2025年を対象）

定員：60名

申込先：[HTTPS://WS.FORMZU.NET/DIST/S306854569/](https://ws.formzu.net/dist/s306854569/)

締切：2025年2月4日(火)（又は定員に達した時点）



13:00～13:05 【開会のご挨拶】

13:05～13:45 【パネルディスカッション】強豪エイジアスリートに聞く
「エイジチャンピオのトレーニングとは？」

13:45～14:00 【休憩&ディスカッションタイム 15分】

14:00～14:50 【島田コーチの室内運動とストレッチ】
「急がば回れ！今こそ、体幹強化」

14:50～15:00 豪華商品が当たる？！じゃんけん大会

【注釈】室内運動&ヨガストレッチ用にヨガマット又は大きめのタオルをご持参ください
セミナー内容、募集人数は予期せず変更する場合があります



お問合せ先：
一般社団法人 東京都トライアスロン連合事務局
〒160-0023 東京都新宿区西新宿 3-7-33-402
TEL: 03 (6279) 0572 (月～金 13:00～17:00)
FAX: 03 (6279) 0572 (24時間受付)
E-MAIL: TMTU@TOKYO.EMAIL.NE.JP

主催：一般社団法人東京都トライアスロン連合 (TMTU)
後援：公益社団法人日本トライアスロン連合 (JTU)
協力：日本財団パラスポーツサポートセンター
運営：TMTU女子・パラ・普及委員会

