



# 宇都宮村上塾 アイアンマン10!

【名称】アイアンマン10練習会 vol.13  
& 東日本大震災復興支援チャリティマラソン

【主催】宇都宮村上塾

【日時】11月3日(日)5:00~16:00

【種目別 時間/場所】:

◆スイム: 5:00~6:00/みゆきがはらSS

◆バイク: 7:00~13:00/ろまんちっく村発着(第3駐車場が拠点になります)

◆ラン: 13:00~16:00/ろまんちっく村園内(みのりの森・里のエリアを予定)



東日本大震災復興支援チャリティマラソンも併設しています。

1周2kmを周回し、1周につき100円を寄付していただきます。

寄付は全額東日本大震災の義援金として寄付します。

コースは何種類か提案させていただきます。ウォーキング等で安心してご参加ください。

義援金送り先: 来年の七ヶ浜大会にて「宮城県トライアスロン協会」へ寄付します。

【参加費】無料(下記施設使用料のみお願いします。)

※施設使用料(プールのみ): 村上塾会員700円, 学生会員500円

会員外1050円、みゆきがはらSS会員・朝練クラブ会員(無料)

【お申込】ホームページ内Webページ「村上塾練習会スケジュール(サークルスクエア)」より  
出欠[参加]入力をお願いします。

※事前にご自身にて「宇都宮村上塾/サークルスクエア」へのご登録をお願いします。

登録について、詳しくはHP→「村上塾練習会スケジュール」をクリックしご登録ください。

【問合せ】090-4053-0610(10:00~17:00) [u\\_murakamijuku@yahoo.co.jp](mailto:u_murakamijuku@yahoo.co.jp) 担当: 渡辺

## 宇都宮村上塾恒例イベント「アイアンマン10」とは...

- ① スイム1時間、バイク6時間、ランを3時間、合計10時間の間で何キロ走れるか。自分への挑戦です! 1種目のみ参加や途中参加、途中帰日もOK。終了時間も自由。老若男女どなたでもご参加ウエルカム!
- ② バイク・ランは周回コース上にエイドステーションを設置しますので、そこで自由に休めます。水・食料は参加者各自ご用意願います。  
**ろまんちっく村園内の飲食ブースもぜひご利用ください。**
- ③ チーム所属のトライアスロン世界選手権出場選手達も参加します。トップ選手たちと共に楽しく有意義な時間を共有しましょう!
- ④ ろまんちっく村温泉割引券も配布いたします! 温泉も満喫できます。  
※練習会は自己責任ですので、各自保険等対策をお願いします!

## バイク&ヘルメットレンタルいたします!

バイク(競技用自転車)を持っていないけれど、トライアスロンに挑戦してみたい方には、バイク及びヘルメットレンタルもいたします。お申込時に身長、参加できる時間帯をご記載ください。台数に限りがありますので、お申し込み多数の場合は、ご希望にそえない場合がございますのでご了承ください。

