

11/14(日) アイアンマン10!

IRON-GRAVE

プールで1時間、その後古賀志山の周りをバイク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。

10時間内で、各自休憩したり、1種目のみ参加や途中参加、途中帰りもOK! どなたでも参加歓迎です。興味をお持ちの方は迷わず参加する価値あり!

バイク・ランは、周回コース上にエイドステーションを作りますので、そこで自由に休んだり補給したりできます。近くにコンビニもあります。

世界を舞台に戦う村上塾所属の選手達も多数参加します。みんなで楽しく10時間! 終わったらもちろん4種目目は飲み会です。

飲み会のための参加もウエルカムです!

◇11月14日(日)

①スイム: みゆきがはら SS (5:00~6:00)

②バイク: 宇都宮森林公園 (7:00~13:00)

③ラン: 宇都宮森林公園 (13:00~16:00)

④飲み会 18:30~

※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)
(参加費は無料ですが、上記施設使用料のみお願いします。)

※人数を把握したいので、参加予定者は事前にご連絡ください。

※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ね!

詳しくはお問合せください。

主催・問い合わせ先

宇都宮ブレイブ村上塾 Mail u_murakamijuku@yahoo.co.jp

代表 村上晃史 090-2224-4061

担当 渡辺亜希子 090-4053-0610



★村上塾では随時会員を募集しております。興味のある方はご連絡お待ちしております★