

## トライアスロン・トランジション練習会

### 開催要項

1. 主催 石川県トライアスロン協会 (ITA)
2. 日程 令和8年5月16日(土) 15:00~17:00 まで  
※受付時間 14:30~14:45
3. 場所 ジョイアクロス  
〒929-1214 石川県かほく市内高松二 12 番
4. 内容 ① バイクテクニックの習得  
② トランジションの説明  
③ 用具の確認  
④ トランジションの手本を見学、実践  
⑤ 大会や練習の案内  
※スイムは行いません。スイム後からバイクへの移行、バイクから欄への移行を素早く正確に行うための練習をします。
5. 参加定員 10 名
6. 募集資格 健康な小学生以上の方  
トライアスロン大会の出場を考えている方、または興味のある方
7. 参加費 小学生、中学生 1,000 円 (非会員 1,500 円)  
一般 2,000 円 (2,500 円)
8. 持ち物 スポーツウェア、自転車、ヘルメット、シューズ、タオル、飲み物、着替えなど
9. 申込方法 石川県トライアスロン協会 HP の Google フォームから申し込んでください。  
<https://forms.gle/zBCUnR3XNYK2KJeN7>
10. 申込期間 令和8年2月1日から5月1日
11. 振込先 北國銀行 西金沢支店 普通 308227  
口座名義 イシカワケントライアスロンキョウカイ
12. 問い合わせ 石川県トライアスロン協会事務局  
e-mail: [info@ishikawa-tri.com](mailto:info@ishikawa-tri.com) HP <https://ishikawa-tri.com/>
13. 受付場所、練習場所について  
受付は、下図の1階アクロス館「談話室」で行います。  
※動画や写真の撮影をされる方は、受付後、フロントで撮影許可証を取得してください。(係が案内します。係の指示に従ってください。)  
練習会場は、1階アクロスプレコートです。
14. 自転車の搬入について  
自転車の搬入は、「談話室」横の玄関から行います。ただし、自転車に砂や泥などの汚れがついている場合は搬入できません。



15. 当日のスケジュール

時間	練習の流れ	場所
14:30	受付開始 ※撮影をする方は許可をもらう	談話室
14:45	練習の説明 バイクの搬入	談話室 プレーコートへ移動
15:00	バイク練習	プレーコート
16:00	トランジションの練習準備 水分補給	
16:10	トランジション練習	プレーコート
16:55	練習終了	
17:00	大会情報や練習会情報について説明します	談話室

## 2026年 トライアスロン・トランジション練習会

### 誓約・同意書

私は、この練習会参加にあたり、下記の事項を契約・同意いたします。

1. 練習会主催者が設けた、規約規則指示に従います。
2. この練習会では安全第一を心掛け、丁寧にアスリートとしてのマナー・技術向上などに取り組みます。
3. 練習会会場到着から、終了後帰路につくまで、私個人の所持品・用具の使用管理など、一切に責任を持ちます。
4. 主催者は参加者を対象とした傷害保険に加入しています。ただし、補償内容には限度があるため、必要に応じて個人の傷害保険・賠償責任保険への加入を推奨します。
5. 私は不慮の事故によるケガ、障害、死亡については、主催者加入の傷害保険から給付の範囲以上の請求はせず、他者に損害を与えた場合など、自己責任で対応いたします。
6. 私は、健康状態良好で練習会に参加します。途中で不調になった場合、選手または保護者が自らの申し出により競技を中止いたします。
7. 私は、練習会参加中に負傷・急病時には、担当者による応急手当と指示に従い、場合によっては救急搬送対応となることを了承します。
8. 私は、申し込み後に参加費の払い戻しされないことを了承します。
9. 私は、競技中の私の画像・氏名などが新聞や SNS やメディア主催者に掲載、使用されることを許可します。
10. 私は、参加にあたり、健康状態のチェックシート等に記載した事項が事実であることを誓います。
11. 本誓約・同意書への承諾は、Google フォームへのチェックをもって提出及び署名に代えるものとします。
12. 健康保険証（紙の保険証・資格確認書・マイナポータル資格情報画面のいずれか）は当日受付で提示してください。コピーは提出不要とします。

参加者氏名 \_\_\_\_\_

保護者氏名 \_\_\_\_\_

## 健康チェックシート

当日の体調を記入してください。「あり」にチェックがある場合は、参加をご遠慮ください。

咳・のどの痛みがある	あり・なし
息苦しさや胸の痛みがある	あり・なし
だるい・めまい・頭痛の症状がある	あり・なし
身体が重い・疲れが残っている	あり・なし
下痢・激しい腹痛がある	あり・なし
現在、家族や身近に感染症にかかっている方がいる	あり・なし
現在、学校で感染症が流行し、学級閉鎖になっている	あり・なし

名前		月 日	
		起床時の体温	