

JTU ちびっこジュニアトライアスロン教室（京都会場） 報告書

報告者：京都府トライアスロン協会

10月4日（日）新型インフルエンザの影響で5月から延期していた『ちびっこジュニアトライアスロン教室（京都会場）』を近畿ブロックのJTU公認指導者の協力を得て無事に開催することができました。

【参加者】 申込43名、当日参加者38名

【スタッフ】 指導者11名、本部1名

【開催日時】 2009年10月4日（日）7:00～15:00

【開催場所】 京都アクアリーナ、桂川サイクリングコース



早朝からにも関わらず38名のジュニアたちは元気いっぱいでした。

スイム練習はクロールの基礎練習とオープンウォーターの実戦練習を取り入れ、広いプールで実際のトライアスロンスイムにつながる練習をすることができました。



レース形式の練習はジュニアたちの一生懸命を引き出せるようです。真剣に練習に取り組んでいました。特に同じ年齢のグループだったのでお互い負けたくなかったようです。

バイク練習は昨年までの公園内の狭いエリアでのバイクに乗れない練習から変更し、近くの桂川サイクリングコースを利用して、たくさんの



距離を走ることと、たくさんの技術練習をする実走のできる練習を取り入れました。安全面を重視して集団走行の合図や走行前点検の仕方、バイクコントロール練習を、しっかりと体を動かしながら練習することができました。

ラン練習は変化に富んだ京都アクアリーナ公園エリアと西京極総合運動公園エリアを使い、様々な内容の練習をすることができました。ラン練習でもレース形式の練習を取り入れ、練習の最後に全員でミニロードレースにチャレンジ。勝ち負けではなく、走りきることを目的に、1日の疲れを感じさせない真剣な走りをしていました。

今回のちびっこジュニアトライアスロン教室は参加者がすぐにレースにチャレンジできるような練習ができた教室になりました。



『JTU ちびっこジュニアトライアスロン教室』

【京都会場】

主催：（社）日本トライアスロン連合（JTU）

主管：京都府トライアスロン協会

協力：JTU 近畿ブロック協議会

京都アクアリーナ指定管理者㈱ビバ

京都トライアスロンクラブ（KTC）

チームケンズ京都