

第1回ナショナルチーム合同強化合宿レポート

(社) 日本トライアスロン連合 (JTU)

2006年2月7日

開催期間：2006年2月1日(水)～2月11日(土)

開催場所：アメリカ合衆国 グアム島 グアムレオパレスリゾート

< 2月5日(土) 5日目(個別トレーニング) >

トレーニングを順調にこなし、各選手思い思いのトレーニングを消化しています。

5日目はプールでのスイムトレーニング時間を合わせ、各自フリーメニューを行い明日の合同トレーニングに備えました。中西真知子選手 (NTT 東日本・NTT 西日本/千葉連合) は青山剛コーチとともにグアム島の中腹部を約55キロバイクライドに行き、素晴らしい景色を見ながらのトレーニングをしてきました。



細田雄一選手 (グリーンタワー・稲毛 ITC / 千葉連合)

コメント：

今日は5日目ということで、リラックスしながらレオパレスリゾート外周コース(5キロ)をウォーキングで1周しました。山並みと海もみえるコースで最高です。午後は、プールで6キロほどじっくり

泳ぎ日本では、寒い中25m室内プールで何往復もしていますが、屋外の50mプールはやっぱりいいですね。この調子で、練習を継続できればいいと思います。そういえば、今年は千葉から大阪に拠点を移したのですが、賃貸契約したのは、もちろん！レオパレスです。

【本件に関するお問合せ先】

(社) 日本トライアスロン連合(JTU) 事務局

〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-9-10 青山キングビル3F

TEL: 03-5469-5401 (代) FAX: 03-5469-5403

E-mail: jtuoffice@jtu.or.jp <http://www.jtu.or.jp>

