

佐賀県トライアスロン協会 ドラフティング講習会

主 催：佐賀県トライアスロン協会

日 時：２０２３ 年８月１９ 日（土） ７：００～９：００

場 所：調整中

対 象：エリートレース出場希望者、Ｕ１９・Ｕ２３トライアスロン選手権出場希望者、全国高等学校
トライアスロン選手権出場希望者、技術を向上したい方や興味のある方

定 員：１０名（先着順）

参加費：日本トライアスロン連合登録者１,０００ 円 未登録の方２,０００ 円

＊講習会受付時に徴収いたします

指導者：柿塚 晋也（佐賀県トライアスロン協会 強化委員長 JSP0 コーチ１）

◆スケジュール（予定）

６：４５～ 集合・受付

※バイクの服装で集合・バイクは乗車できるように準備しておくこと。

７：００～ 実地講習会

① 事前説明（１０分）

② バイクの点検（１０分）

③ 基本走行（１５分）

④ ８の字走行、カーブ、Ｕターン走行（２０分）

⑤ 集団走行、追い抜き走行（４５分）

⑥ 転倒の仕方（１０分）

⑦ 振り返り（１０分）

９：００ ドラフティング講習会終了（現地解散）

◆持ち物：バイク機材一式・着替え・飲み物 等

◆申込方法：担当者までメール等でご連絡ください

◆申込期限：２０２３年４月１０日（月） ※但し定員になり次第締め切り

◆問い合わせ先：佐賀県トライアスロン協会 強化委員長 柿塚晋也

E-mail:athlete_kaki@yahoo.co.jp Tel：090-1198-2008

【 参加に係る必須事項 】 参加者は、講習会当日までに下記動画をご視聴ください。

※ロードバイク基本技術習得と安全管理（お願い）

<https://www.jtu.or.jp/news/2021/06/28/35340/>

※自転車・研修プログラム（安全テクニック動画）

https://www.youtube.com/watch?v=nFVNrWuLREE&list=PLQy_RQAwDvzv3vk2qYAFBeAm2PKkQuOuC&t=13s