



STRONGMAN
ALL JAPAN TRIATHLON MIYAKOJIMA

PowerBar

宮古島トライアスロン PowerBar クリニック開催のお知らせ

今年も参加選手の完走をアシストするクリニックを開催します！

参加費は全て無料です！

選手の皆様のご参加をお待ちしています！



4月16日(金)

時間	クリニック名	内容	講師	開催・集合場所
17:00 ~ 17:30	パワーバー・サプリメント講座	レースで最高のパフォーマンスを発揮するのは栄養補給が大切です。トップ選手や一流コーチが効率的な栄養補給方法を伝授します。	宮塚英也 中島靖弘	総合体育館前
18:30 ~ 19:00	パワースポーツアスリート紹介	パワースポーツがサポートするアスリートを一気に紹介。トップ選手の決意表明が聞けるかも！	お楽しみに！	総合体育館前

4月17日(土)

時間	クリニック名	内容	講師	開催・集合場所
08:00 ~ 09:00	モーニングジョギング & ストレッチクリニック	早起きしてトップ選手や一流コーチと楽しくジョギングしませんか。その後はトップ選手が行っているストレッチで全身をリラックスさせましょう。	宮塚英也 中島靖弘 ほか	宮古島東急リゾート 正面玄関前(テニスコース横)
09:00 ~ 10:30	完走アドバイス & トランジションの説明	宮古島を気持ちよくフィニッシュしたい方、完走アドバイスにぜひお越しください。そして「レース当日朝、トランジションバックをどこに預けるの?」「スイムからあがったらどうすればいい?」「事前にバイクを預けるんだっけ?」等等、初挑戦の方は不安がつき物。経験豊富なスタッフが順を追って説明します。	宮塚英也 中島靖弘 大西祥司 ほか	宮古島東急リゾート 正面玄関前(テニスコース横)
11:30 ~ 12:30	スイムフォーム ワンポイントアドバイス 参加定員:30名	毎年大好評のワンポイントアドバイス。オープンウォーターのスペシャリストがプールであなたのフォームをチェックします。前日でも間に合うフォーム矯正で1分1秒でもタイムを短縮しよう。	宮塚英也 中島靖弘 ほか	宮古島東急リゾート 屋外プール
12:30 ~ 13:30	オーシャンスイムクリニック 参加定員:30名	スイム会場・前浜ビーチで実践クリニック。ヘッドアップクロール、スムーズな呼吸、泳ぐ位置、ドルフィンスイムなどトップコーチが親切丁寧にオーシャンスイムの極意を伝授します。	宮塚英也 中島靖弘 ほか	前浜ビーチ (スイム会場)
15:00 ~ 17:00	リフレッシュストレッチサービス 1人10分間・先着12名受付	レース前の緊張した身体をストレッチします。トップアスリートを育てる湘南ベルマーレ・トライアスロンヘッドコーチの中島さんが先生を務めます。	中島靖弘	バイク預託横 パワーバーテント
16:00 ~ 16:30	バイクトラブル・ワンポイント アドバイス	バイクトラブルはトップ選手でも避けたいところ。初心者にとっては一大事。そんなみんなの不安を解消するバイクメカニック講座。講師はもちろんオフィシャルバイクメカニックの小美野さんです。	大西祥司 宮塚英也	バイクメカニック テント前

4月19日(月)

時間	クリニック名	内容	講師	開催・集合場所
14:30 ~ 15:00	パワースポーツアスリート サイン会	レースの結果はいかに！納得した成績を残したパワースポーツアスリートのパワーバーバイクボトルのサイン会。先着100名なのでお早めにお越し下さい。	お楽しみに！	総合体育館前

参加費はすべて無料です。当日はそれぞれの開催場所へ直接お越しください。

インフォメーション: 4/16(金) 平良市総合体育館前 パワーバーブース

4/17(土) 宮古島東急リゾート バイクトランジションエリア横 パワーバーブース



有限会社パワースポーツ

〒251-0016 神奈川県藤沢市弥勒寺3-9-20

TEL 0466-47-6720 FAX 0466-47-6271

info@powersports.co.jp www.powersports.co.jp