

日	2	3	4	5	6	7	8
SWIM				あづま 18:30~20:30		あづま バイクラン 9:30~	あづま バイクラン 9:30~
BIKE						スイム② 13:30~15:30	スイム② 13:30~15:30
RUN							
備考							
日	9	10	11	12	13	14	15
SWIM			あづま 18:30~20:30	二本松市民プール 17:00~19:00		あづま ラン調整練習 9:30~	JTU認定記録会宮城会場 西インター集合:7:30
BIKE		福島大学 ウェイト/ラン 16:30~18:00	福島大学 バイクO-ラン 13:30~16:30		福島大学 バイクランO 16:30~19:00	スイム② 13:30~15:30	
RUN							
備考							
日	16	17	18	19	20	21	22
SWIM			あづま 18:30~20:30	二本松市民プール 17:00~19:00		あづま バイクラン 9:30~	あづま バイクラン 9:30~
BIKE		福島大学 ウェイト/ラン 16:30~18:00	福島大学 バイクO-ラン 13:30~16:30		福島大学 バイクランO 16:30~19:00	スイム② 13:30~15:30	スイム② 13:30~15:30
RUN							
備考				菊池選手:アジアカップフィリピン			
日	23	24	25	26	27	28	29
SWIM			あづま 18:30~20:30	二本松市民プール 17:00~19:00		あづま バイクラン 13:00~14:30	バイク練習 ロングライド110km 本宮集合-猪苗代湖1周 9:00~15:00
BIKE		福島大学 ウェイト/ラン 16:30~18:00	福島大学 バイクO-ラン 13:30~16:30		福島大学 バイクランO 16:30~19:00	スイム② 15:00~17:00	
RUN							
備考							
日	30	1	2	3	4	5	6
SWIM				チーム合宿予定			
BIKE				JTUU23強化合宿予定			
RUN			福島大学 バイクO-ラン 13:30~16:30				
備考							

* 4月から平日の練習は、エリート選手を中心に福島大学をベースに実施します。6月以降は、大学のプールを使用する予定です。ジュニア選手で時間帯として参加可能な場合は、連絡をくだ

* GWは3~6日の予定で合宿を実施する予定です。