



## CONTENTS

Gentle Breeze from California .....	3
レースは世界をめぐる【ラグナ ブーケット】 .....	4
特集 地中海の至宝、マルタと戯れる .....	6
次世代トライアスロンバイクに徹底接近 (アプローチ) .....	16
TT RACE REPORT 2010年のシーズンを振り返る .....	21
人気ベスト10 & 満足度の高いレース/千葉国体/高松/ グアムエクステラ/ウルトラマン	
旅鳥が体感した 徳之島トライアスロン .....	28
トライアスリートの 家族の肖像 .....	34
TT's AID -アスリート・レシビ【納豆チャーハン】 .....	36
メジャー流 セルフケア&トレーニング .....	37
平松コーチのいまさら聞けない How to TRI! .....	38
藤原裕司のビックリ実験箱 .....	39
Present&information .....	40
Looking Glass - jero's photo essay .....	42
T.T Community テーマ「挫折」を語ろう .....	45
Jog Note で、旅鳥と一緒に、練習しよう! .....	46
トライアスロン・トリップから重要なお知らせ .....	47
T.T RACE CALENDAR .....	48
T.T 次号予告&バックナンバーの紹介 .....	49
Chief Editor's blog こちら多摩丘陵編集部 .....	50

Gentle Breeze from California .....	3
特集 トライアスロンの旅なら、船の旅がいい .....	4
第四回大雪山忠別湖トライアスロン in ひがしかわ〈RACE REPORT〉 .....	8
レース周辺ガイド&大会インフォメーション .....	12
「日本食研 実業団トライアスロン部」の強さに迫る！ .....	14
旬を探る！〈ランニングシューズ&ウェア編〉 .....	21
TTインタビュー〈オリンピックへの道〉 崎本智子 .....	28
メジャー流 セルフ&トレーニング .....	30
トライアスリートの 家族の肖像 .....	32
平松コーチのいまさら聞けない How to TRI .....	34
藤原裕司のビックリ実験箱 .....	35
TT'S AID - アスリート・レシピ【生ハムトマト素麺】 .....	36
Information 〈東北関東大震災 義援金告知ほか〉 .....	38
Looking Glass - jero's photo essay .....	40
T.T Community テーマ「決断」を語ろう .....	43
Jero Honda の写真で綴る、TT 旅鳥連載ダイジェスト .....	44
TT オリジナルウェア& バックナンバー購入のお知らせ .....	46
トライアスロン・トリップから重要なお知らせ .....	48
新雑誌 LUMINA への移行について .....	49
Chief Editor's blog こちら多摩丘陵編集部 .....	50

Cover photo: フィニッシュから、あらたなスタートへ。Belinda Granger (豪)のゴールシーン。IRONMAN70.3 ASIA-PACIFIC CHAMPIONSHIPにて。

© Jero Honda

## 困難を力にかえて、今日も前へ進もう。

東北関東大震災で被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。  
被災地の復興が一日も早くなされることを祈っています。

# Triathlon LUMINA Trip