

[ひたまる25]スポーツ教室参加者募集



様々なスポーツを楽しむことを目的に活動しているスポーツクラブひたまる25では、1人で走っても爽快で楽しく、みんなと一緒に走っても賑やかで楽しいサイクリングの教室を開催しています。

教室は参加者のレベルに合わせて、初心者向けの体験教室と、50km以上のツーリングを行うサイクルツーリング教室の二本立てです。

未経験者・初心者の方は自転車レンタルもある『サイクリング体験教室』でサイクリングに慣れ親しみ、ツーリングに挑戦してみたい方は月1開催予定の『サイクルツーリング教室』にご参加ください。

初心者向けサイクリング体験教室(第3回)

サイクリングを趣味にしたいと検討している方向けの体験教室です。

今回は『道の駅ひたちおた～黄門の郷～』から久慈浜の海を目指す片道約14kmの超ショートコースを走りながら、基礎動作や公道の走り方等を学びます。

自転車のレンタルもありますので、気軽にお申し込みください。



- 期 日 9/12(日)
- 時 間 10:00～14:30(予定)
- 場 所 『道の駅ひたちおた～黄門の郷～』
駐車場集合

- 対象者 自転車運転経験がある方
- 講 師 品田斉氏(自転車インストラクター)
- 参加費 500円/回(保険料込み。当日徴収)
- 定 員 10名程度(先着順)
- その他 自転車、ヘルメット(推奨)、汗拭きタオル、飲み物、昼食代を持参してください。自転車をレンタルする方は、別途レンタル料を徴収します(クロスバイク500円、電動アシスト自転車1,000円。数に限りあり)。

◎5月に開催した体験教室第1回(涸沼～那珂湊)、第2回(大子～馬頭eバイク体験)の参加者レポートを教室ホームページに掲載中です。参加を検討している方は、右下QRコードをスマホで読み取りホームページにアクセスし、ご参照ください。



**サイクルトレインを利用してみよう！
サイクルツーリング教室(第2回)**

「スポーツで地域おこし」をテーマに、常陸大宮市地域おこし協力隊の吉川氏が講師を務めるサイクリング教室です。50km以上の距離を走ることが前提です。ある程度の走行経験がある方が対象になります。



今回は、JR東日本のサイクルトレインを利用し、大子から常陸大宮を走ります。サイクルトレインとは自転車と一緒に乗車車両に乗って目的地まで行くシステムです。往復走るのはキツイと感じる人もこのシステムを利用すれば気楽に遠出のサイクリングが可能で、利用者が増えています。

晩夏の奥久慈をストレスなく走破しましょう。皆様の参加をお待ちしております。

- 期 日 8/28(土)
- 時 間 8:30 辰ノ口親水公園広場駐車場集合
- コース 9:00 辰ノ口～(サイクリング)～9:56 常陸大宮駅発～(サイクルトレイン)～10:39 常陸大子駅着～奥久慈を巡るサイクリング～13:00 昼食～14:00 国道118号線をサイクリングで南下～小貫橋～県道山方大宮線～16:00 辰ノ口親水公園着

- 対象者 自転車およびヘルメットを用意できる方
- 講 師 吉川勝氏(日本スポーツ協会公認スポーツプログラマー/常陸大宮市地域おこし協力隊)
- 参加費 500円/回(保険料込み。当日徴収)
- 定 員 10名程度(先着順)
- その他 自転車、ヘルメット、汗拭きタオル、飲み物、電車賃(682円)、昼食代を持参してください。その他詳細は、申込者宛に別途案内いたします。

- ◆申込方法：右QRコードをスマホで読み取り、ホームページからWEBフォームにアクセスしてお申し込みください。FAXや電話での受付は致しません。
 - ◆雨天時等の対応は、申込に使用されたe-mailアドレス宛に前日または当日朝にお知らせいたします。
 - ◆申込期間：7月12日～定員に達するまで
 - ◆新型コロナウイルス感染症対策として、マスク等の口元を覆う物の着用をお願いいたします。
- 【ホームページ】 <https://hitamaru25.jimdofree.com/>



問 スポーツクラブひたまる25事務局スポーツ教室 hitamaru25@gmail.com