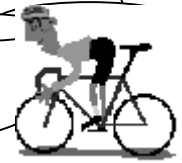


自転車学校

安全に乗る為のテクニック教室



参加者募集

皆さんは「ツール・ド・フランス」、というレースを見たことがありますか？フランス全土を約3週間かけて走る、世界最高峰のサイクルロードレースです。日本人では新城選手が5連続出場を果たし、敢闘賞も獲得。活躍は多くのメディアでも取り上げられ、興味をもたれた方も多いと思います。今回の自転車教室は、そんな自転車の本場フランスの子供たちや、当クラブのメンバーが練習している自転車のコントロール方法や体の使い方を学び、自転車を安全に走行するためのテクニックを向上させていきます。ちょっと難しいけど、チャレンジしてみてください。

- 主催：長野県自転車競技連盟、エキップあづみの
日時：平成 26年 8月 9日(土) 受付10:00 教室10:30~12:30
場所：北安曇郡白馬村北城 ウィング 21 南側駐車場
対象：小・中・高校生(大人も可、ぜひ親子でご参加ください) ※定員 20名
参加費：無料
持ち物：自転車(車種は問いません)、ヘルメット、グローブ、動きやすい服装
練習例 ①水筒拾い : 自転車に乗ったまま地面に置かれた水筒をキャッチする
②ブレーキング : 水筒を目標に正確に止まる
③サークル : 円の中を一周する
④スラローム : 障害をよけて走行する
申込先 : メール : eq-azumino@nifty.com FAX : 0263-83-8797
TEL : 090-8323-2585 (担当大島)
〆切り : 平成 26年 8月 7日(木)

講師プロフィール：大石一夫

全日本選手権3回優勝、国体3回優勝、国際サイクルロード総合優勝、ツールド北海道個人総合優勝
ツールド沖縄優勝、ツールド中部個人総合優勝、世界選手権・アジア大会など日本代表として活躍。
長野県安曇野市でサイクルショップ「シクロオオイシ ラヴニール」を経営。2012年全日本最速店長
選手権優勝、(財)日本体育協会公認自転車コーチ、長野県自転車競技連盟副強化委員長、

----- 自転車教室 申込書(メールなどで受け付けされた場合は当日ご持参ください) -----

名前(フリガナ)	
生年月日・性別	平成 年 月 日 歳 男 女
学 校 名	
保護者氏名・印鑑	印
備 考 (自転車歴など)	