

# ももものぞ。



# ライト

について。

- ① 動きやすい服
- ② ヘルメット
- ③ ライト

- ④ サポーター (膝用・肘用両方)
- ⑤ タオル

- ⑥ 水筒 (自転車にボトルケースをつけて、そこにボトルをつけるのがBest)

なるべく手拭い or リュックなど 軽量をお願いします!!



## 自転車について。

基本どんな自転車でもOK!  
普段乗り慣れたものがBestです。  
何か質問等あれば、**何れ!**きいて下さいね!!

防寒具もお持ち下さい!

**注意!**

ライトは、**こちら**の方をご用意下さい。

明るさ **400ルーメン**以上のライトをご用意下さい。「ルーメン = 明るさの単位」

**おすすめ**

フロントライト → キャットアイ VOLT400

リアライト → 赤色点灯 **ルーメンは何でもOKです!**

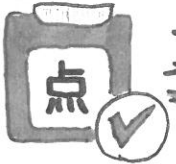
必須です!

★今回は「ナイトライド」となります。

そのため...

- ① フロントライト (前方につけるライト)

- ② リアライト (後方につけるライト)



## 事前点検のお願い。

活動参加にあたり、定期的な点検をお願い致します。  
購入先や町の自転車屋、スタッフ近くの「ルキーズ」  
日本1オヤジ!「サークルズ」での点検をおススメします!

## お家でもチェック!

1. ブレーキはしかり交かのか。
2. タイヤに空気は入っているのか。
3. ライト、ヘルメット等に不備はないか。  
ご確認下さい。

## ～申し込み方法～

☆申し込み **11月25日** (月)

センターHP内「イベント予約」より受付

※受付は日付変更時刻より開始となります。

※受付後、予約完了のメールが届きますのでご確認下さい。

※定員になり次第締め切り。それ以降はキャンセル待ちとなります。

## 【お支払い方法】

- ①名古屋教育文化センター会員の方 (ゆうちょ銀行の口座登録がある方)

- ・12月25日頃に請求書を発行します。お申込内容をご請求金額をご確認ください。
- ・名古屋教育文化センター会員の方は、1月分会費とあわせて、お引き落としさせていただきます。ご登録いただいている口座の残高をご確認ください。