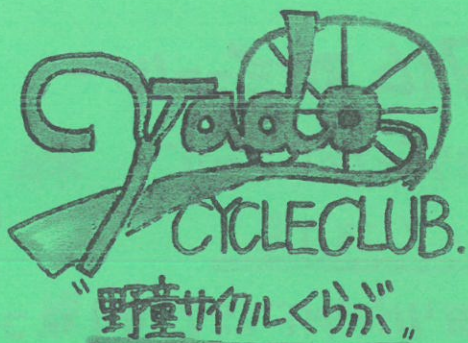


自転車で
世界を広げよう!!



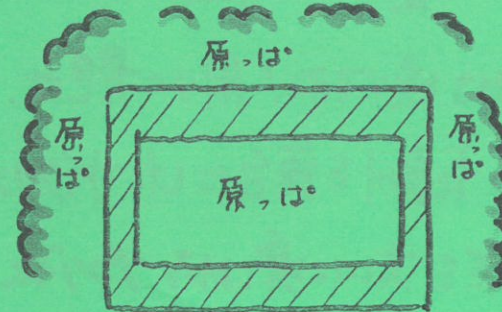
11月号

なからかわ
長良川 20km 和メタル

～ あそびかんじるかわけめぐり ～



～ はる コース しょうかい ～



① 平田リバーサイドサザコース
距離: 1周 5km程度

バッタが 大発生中の原っぱがある
まあ平坦コース!
サイクリングの合間に虫さかしもできちゃう!

② 長良川サビスセンター ～ 平田リバーサイドサザ
(長良川サイクリングコース)
距離: 10km

自転車走行のため、設置されたサイクリングコース!
基本はまあ平坦のコース、途中 生い茂る草場もあり、注意して走ろう!

(かせが
きゅん!)



事前点検をお願いします。

活動の参加にあたり、定期的な点検をお願いします。
購入先や町の自転車屋、スポーツ店の「ルークス」
日本オヤジの「サークルズ」での点検をオススメします!

お家でもOK!

1. ブレーキはしっかり効くのか
2. タイヤに空気は入っているのか
3. ライト、ヘルメット等の不備はないか。
ご確認下さい。

～ 申し込み方法 ～

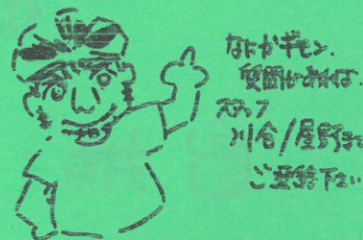
☆申し込み 10月 19日 (月)

センターHP内「イベント予約」より受付
12:00より開始。

※受付後、予約完了のメールが届きますのでご確認ください。
※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費の方 (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。お申込内容と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費の方は 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。



★ - 概要 - ★

11月、少し肌寒さを感じ始める頃ですね！周りの景色は、秋まなび。今回は岐阜にある長良川を舞台にしたサイクリング。川沿いを走りながら、秋の自然を大いに身染めるプログラムになります。長良川沿いには、本格的な自転車レースの会場もあり、もて試走、練習がてきちゃいます！走行予定距離は、合計20kmの平坦コース。お車にのって、サイクリングコースは、快適に走れます。ただ、小学生にとっては、少し遠慮なといと達成できる距離。秋の気候を身染め、チャレンジサイクリングやってみよう！

日時：11月3日(火) 10:00 ~ 16:00

<集合・解散>

・平田リバーサイドプラザ 馬主駐車場

住所：岐阜県海津市平田町野寺2266番地3

対象：小学1~4年生 計20名

会費：税抜7500円

雨天の場合：雨天中止。当日中止の場合は、7時頃 電話でお伝えします。

道の駅
『クルール平田』
の向かい側になります！

※ 当日の緊急連絡先
090-4446-0286
まで

- タイムスケジュール -

10:00 平田リバーサイドプラザ 集合

・あいさつ / 諸注意

10:30 平田リバーサイドプラザ 河川敷コース

・コース 周回

11:00 リバーサイドプラザ 出発

・長良川 サイクリングコース

12:30 平田リバーサイドプラザ 着

13:00 道の駅 クルール平田

・昼食

14:00 平田リバーサイドプラザ 河川敷コース・コース 周回

16:00 平田リバーサイドプラザ 解散



往復

10km

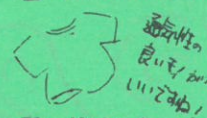
5km

名物
よもぎロール

糖分補給

～持ち物～

① 動きやすい服装



② ヘルメット

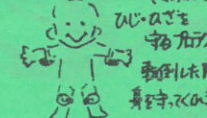


③ ライト



公園に走行はサ
トンネル内は
必ず点灯！

④ サポーター
(あれば)



⑤ (水筒の)リムフ
(水筒、ボトルは持ちます)

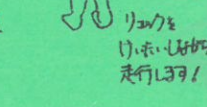


自転車について

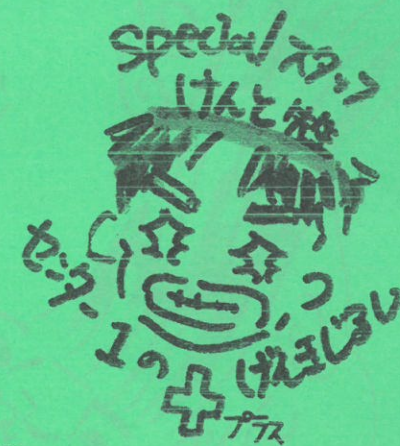
基本、どんな自転車でもOK!
普段、乗り慣れたものがBest!

⑥ 水おびSet!

- ・水着・タオル・靴
- ・タオル
- ・着替え



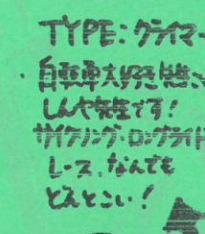
リムフを
いっしょに
持ちます!



～スタッフ紹介～



TYPE: スリム
またおきます!
やっぱりキミが
大好きです!



TYPE: オルタナ
おなじみの? ルー
キーね。おなじみ秋
キミたちと一緒に
走りたい!



TYPE: オルタナ
おなじみの? ルー
キーね。おなじみ秋
キミたちと一緒に
走りたい!

プラス『おやつ』

塩分・糖分を補給がてして、
食べやすいおやつを200円分
お持ち下さい! リムフも入れてね!