

'82センチュリーラン 青森〈大鰐→青森市内〉

9月26日・大鰐から十三湖を一周し青森市内へ

今月5日に開催される鳥取～岡山間のセンチュリーランにひきつづき、26日に東北は青森県において同大会を開催しますので、参加希望者は早めに参加料を添えてJCA事務局へ申込んで下さい。

コースは青森県内で、大鰐町の国民宿舎おおわに山荘前をスタートし、弘前から岩木山の山裾を建石町を通り日本海にぬけ、木造町を通過して十三湖を一周し、さらに五所川原から青森市内までの160kmのコースで開催する。

- 主 催 (財)日本サイクリング協会
- 協 力 青森県サイクリング協会
- 期 日 昭和57年9月26日(日) 雨天決行
- 開催日程
- 9月26日 7:30～8:15 受付(国民宿舎おおわに山荘前広場)
- 8:15～8:30 開会式
- 8:45～ スタート

○コース

大鰐町(国民宿舎おおわに山荘前スタート)～弘前～十面沢～鱒ヶ沢～亀ヶ岡～十三湖(一周)～中里～金木～五所川原～大釈迦～青森市内ゴール

- 参加資格 性別を問わず15才以上で、8時間以内に160kmを完走できる見込みのあるもの。
- 参加人員 定員 150名
- 参加料 1人 3,000円
- ※参加料は保険等に充当しますので、不参加の場合でもお返しいたしません。
- 参加者の用意すべきもの



- 法規で定められたランプ、ベル、リフレクターを装備した自転車・修理工具・時計・健康保険証・救急品・雨具・小銭

○参加申込み

参加希望者は、住所、氏名、年齢、職業(学校名)、電話番号を記入の上、参加料3,000円を添えて必ず現金書留で下記へ申込んで下さい。折り返し実施要項、地図等をお送りします。

○申込締切

昭和57年9月15日(必着)
但し、申込者が定員を越えた場合は、期日前でも締切りますので、締切日まぎわに申込まれる方は、電話にて定員数確認の上お申込み下さい。

○申込みおよび問い合わせ先

〒107 港区赤坂1-9-3 自転車会館内
(財)日本サイクリング協会
青森県センチュリーラン係
TEL 03-583-5628(直通)

第17回 九州ラリー

10月30日～11月1日に大分で開催

第17回九州サイクリングラリーが、10月30日(土)～11月1日(月)まで開催される第36回全国レクリエーション大会のサイクリング実技として、10月31日(日)に一泊2日で大分県で行われます。

参加希望者は所属協会へ、参加料9,500円(一泊二食・記念品・保険等を含む)を添えて9月10日までに申込んで下さい。

定員 600名(定員になり次第締切)

会場 大分市城址公園(ラリー式典・出発・帰着)

宿舎 別府市杉乃井ホテル

日程 10月31日(日)

8:00～8:45 受付

8:45～9:20 ラリー式典(開会式)

9:30～16:00 サイクリング実技

16:20～16:50 閉会式

17:00～21:00 別府杉乃井ホテルへ夕食後自由交換(全国レクリエーション大会各種目参加者と共に郷土芸能民謡等数多く予定されています。)

コース

A 健脚コース(87km)

標高298mの御所峠と、すぐれた海岸景観の日豊リアス式海岸など山と海が一度に楽しめる風光明媚なコースです。

B 一般コース(48km)

小さなアップダウンのあるコース。佐賀関町の静かな海岸と、鉄と石油の臨海工業地帯は対照的です。

問合せ先 大分県サイクリング協会

〒870 大分市荷揚町3-24 林業会館内

TEL 0975-37-0836

近畿サイクルOL大会

10月16～17日に開催

JCAでは今年度よりサイクルOL全国大

会を止めていますが、奈良県サイクリング協会の主催による近畿サイクルOL大会が10月に開催されますので、各県で参加を希望する方は参加料を添えて所属協会へ申込んで下さい。折り返しくわしい実施要項が送付されます。

ゲレンデは奈良市東部一帯で、あまりアップダウンがないらしいもよう。

期 日 10月16日(土)～17日(日)

集合場所 奈良ユースホテル

参加資格 各県協会の推せんするもの

定員 60名(各県10名以内)

クラス a.男子・一般の部 35才以上の部
b.女子

参加料 3,000円(一泊3食、保険料)

問い合わせ 近畿サイクルOL大会事務局

〒630 奈良市東寺林町 中央公民館

奈良県ユースホテル内

TEL 0742-22-1334

倍志久留 十徳

加藤 元彦

東京サイクリング協会に所属している、歯科医師の加藤元彦先生(51才)が作られた倍志久留(バイシクル)十徳をご紹介します。

加藤先生は通勤はもちろんのこと、今年度開催した茨城～千葉のセンチュリーランにもロードレーサーで参加され、6時間12分で完走されています。

倍志久留 十徳

- 一、知らぬまに 心肺機能がよくなる
- 二、知らぬまに 足腰の機能がよくなる
- 三、知らぬまに 胃腸の活動がよくなる
- 四、知らぬまに 運動反射機能がよくなる
- 五、知らぬまに 体中の悪水を排除する
- 六、知らぬまに 体重を制御する
- 七、知らぬまに ストレスを解消する
- 八、知らぬまに 忍耐を体得する
- 九、知らぬまに 多様の知己・友人を得る
- 十、知らぬまに 人文・地理を知る

梵巽素(ボンサアーンズ=良識)

ノンストップ400km 熟年完走!

旭川協会 和田 真宏

「ジャスト 400 km」・走ることには馴れているサイクリストでも、びっくりするような距離のサイクリングに、平均年齢36才の24名が挑戦、22名が見事完走という快挙が7月3日にたてられた。しかもほとんどが、サイクリングとはあまり縁のないテニスクラブやスキーの仲間が中心で、中にはまったくサイクリングの経験のない、この行事一週間前に自転車を調達した人や、3日前に大衆車をロード用に改造し完走などと、まったく異例づくめの内容であった。

このサイクリングのきっかけは、千葉県柏市のテニスクラブの吉田宗弘社長（奥さんがテニスで有名な沢松和子）と「シクロウネ」の今野社長が40才になったのを記念に400kmをということになり、同じテニスクラブの会員15名、それに冬のスキー仲間北海道在住の学習院OBが賛同、北海道から参加したもう一人の異才は、福島県の野馬追いで有名な相馬藩の昔ならお殿様で奥さんが吉田茂元首相の娘さん（三笠宮寛仁親王、信子妃の姉）という相馬和胤さん、他教育大学旭川分校生も5人仲間に入り実走挑戦者が総勢24名となった。

コースは大雪山の中間地点、層雲峡を午前0時に一斉スタート、上川町を経由して北見峠を越え、サロマ湖畔に出て、オホーツクラインを海岸線に沿って北上、途中睡魔や疲労と戦い、日本最北端の宗谷岬のゴールへは、お互いに助け合いながら先頭が午後7時42分に到着した。

最終は午後8時20分にそれぞれ感激のゴール、午後11時から稚内の宿舎で打上をし翌4日旭川空港から全員元気に離道した。

御前崎サイクルロードレース大会

10月24日に開催

静岡県最南端にある御前崎において、静

岡県サイクリング協会の主催による第一回御前崎サイクルロードレース大会が、10月24日(日)行われる。

このレースは今年初めて開催されることになり、自転車競技の花といわれるロードレースが、今後自転車競技の啓蒙と普及のため各地で開かれることが望まれる。

主催 静岡県サイクリング協会
期日 10月23(土)～24日(日) 23日受付
参加資格 ①アマ車連末登録者
② " 登録者
競技内容 A アグルトの部 (15.4km)
B 青年の部 (30.8km)
C 少年の部 (15.4km)
D 登録者の部 (30.8km)

申込締切 昭和57年9月10日

参加料 1名 2,000円

問い合わせ

御前崎サイクルロードレース実行委員会
静岡市呉服町1-18 (自転車組合内)
TEL 0542-52-7785

サイクリングイングアム

グアムバイシクリングクラブの協力で開催

JCAと日本交通公社の共催で、12月にグアムサイクリングツアーが実施されます。

くわしい内容については次号で紹介しますが、おおよそ次のような日程になっています。

期間 57年12月2日(木)～6日(月)

費用 132,000円

定員 30名

グアムでは3日間ありますが、一般の観光旅行ではまず行けない米軍基地内にあるグアム最高のビーチ、トラギビーチへグアムバイシクリングクラブのメンバーとサイクリングし、そこでバーベキューをします。

またサイクリングで南部めぐりや、OPでココス島と南部観光もできるようになっています。すでに参加希望者もでており、くわしいパンフレットもまもなくできあがりしますので早めにJCAに請求して下さい。

新書案内

●CYCLING COURSES 101

「サイクリング・観光コースガイド」

(誠文堂新光社刊 定価 1,200円)

JCAと日本レンタサイクル協議会の監修による初心者向きのサイクリングコースガイドブックが発刊されました。

はじめて自転車に乗れるようになったときのよろこびは、だれでも、生涯で忘れられない記憶として残っているはずです。けれども、いまの都市生活のなかでは、自転車に乗って疾走するチャンスはとぼしくなっています。風を切って、身も心も軽く走るサイクリングの楽しさ、おもしろさは、遠い思い出の中に埋まってしまっているのではないのでしょうか。

ある日、思い立ってサイクリングをしてみよう、とプランを考えてみてはどうでしょう。また、観光旅行に出たとき、バス・電車・マイカーを利用するばかりでなく、自転車を借りてゆっくりサイクリングしながら、景観を鑑賞してみてもどうでしょうか。

本書はそうした初心者向きに、10～30kmの全国101コースについてコースのポイントと国土地理院発行の地形図・地勢図上にコースとレンタサイクルのある場所を紹介し、誰でもこれから走るコースがどのような所かすぐわかるようになっています。

また、バイシクルメモとして自転車についての歴史なども各ページにのっています。

書店にない場合は、直接現金書留で送料、300円を添え下記へ申込んで下さい。

〒101 東京都千代田区神田錦町1-5

誠文堂新光社 TEL 03-292-1211

●自転車の科学 (メカから乗りごこちまで)

服部四士主著 講談社刊 定価 560円

著者は現在(財)自転車産業振興協会の技術研究所に勤めており、自転車と人間を一体のものとする人間工学的視点から、研究を進めて

おり、自転車の将来については、マイコンなどが登場して、機能はどんどん変わってゆくと考えている。

本書は、自転車のしくみが最近の精密機械、コンピューターにくらべれば簡単であるが、人々が一般に思っているよりは、はるかに複雑で緻密であり、現在の自転車には、二百年間の自転車製造者のアイデアと愛情が組みこまれていることを、「自転車ってなんだろう?」「自転車はこうして作られる」「自転車の寿命」「自転車はなぜ走る?」「乗るパワーの科学」「操縦する科学」「乗りごこちの科学」「自転車は生き残れるか?」の各項目でくわしく説明されており、自転車のメカに興味のある方はもとより自転車に乗られている方すべてに、ぜひおすすめしたい。

第9回 アジア競技大会

自転車競技観戦とインドサイクリング

新日本ゴールドトラベルの主催で、JCAの後援による、第9回アジア競技大会(ニューデリー)開会式と、サイクリング競技観戦及びインド・サイクリングの旅が企画されましたのでご紹介します。

期間: 11月17日(水)～28日(日) 12日間

費用: 359,000円(2人部屋ホテル、全朝食)

締切: 10月10日

日程:

- 11月17日 成田(14:20)～デリー
- 18日 デリー着、21日まで市内観光とサイクリング競技の観戦
- 22日 ニューデリーからアグラまで約240kmを3日間サイクリング
- 25日 アグラ市内観光とタジマハールなどの名所を見学
- 27日 デリー(21:25)
- 28日 成田着(15:10)

申込み・問い合わせは下記へ

新日本ゴールドトラベル(株)

〒105 東京都港区虎ノ門1-10-7

TEL 03-501-4703 担当 鈴木・旭