



TCA ニュース

= 2004年8月発行 = 【No. 184】

発行 東京サイクリング協会 広報委員会

〒104-0061 東京都中央区銀座7-15-11 Tel・Fax 03-3541-6540

サイクリストの五楽 輪楽・自転車を楽しむ 行楽・旅を楽しむ 道楽・道を楽しむ 友楽・友と楽しむ 遊楽・遊びを楽しむ

視覚障害者とタンDEMを楽しむ集い



9月5日(日) 神宮外苑サイクリングコース

第45回「視覚障害者とタンDEMを楽しむ集い」を神宮外苑で行います。今年3回目となりますが、残念ながら4月、6月は雨のため実施できませんでした。

いつものようにボランティアとして協力して頂ける方は、事務局中村まで出来るだけ早めにご連絡下さい。ご協力頂いた方には昼食を用意します。当日は、午前9時までに神宮外苑サイクリングセンター前に集合して下さい。

10時よりスタートし、12時までサイクリングを楽しみます。

なお、雨天の場合は中止となりますので、当日不明な時は下記にお問合せ下さい。

TEL : 070 - 5025 - 6867 (中村) 又は 090 - 8507 - 4031 (藤田)

~~~~~

## 2004 東京シティサイクリング

9月19日(日)開催 新宿～若洲・夢の島

昨年は荒天のため中止となりましたが、今年は9月19日に開催されます。今年もJCAからTCAに協力要請が来ております。協力可能な方は、事務局まで申し出てください。

コースは昨年と同じ都庁から若洲までのコースです。詳細な内容、人員体制はまだ決っていませんが、例年とほぼ同じ予定です。

また、事前に打合せ会を行いますので出席できる方は事務局までご連絡ください。

- 日 時：2004年9月11日(土) 18:00～20:00(予定)
- 場 所：文京区民センター3C会議室

### 2005関東甲信越ブロック大会実行委員会

来年は、TCAの設立50周年です。関東甲信越ブロック大会も各都県が4巡して東京へ開催の順番が巡ってきました。役員会では10月の連休に大島で開催しようとしております。ついては実行委員会を結成して実施の準備に入ろうと思っております。ご協力可能な方は事務局へ申し出てください。また、10/1(金)～3(日)には現地へ下見に行き、10/10(日)の埼玉大会で概要を発表しようとしております。

東京いいとこ自転車散歩ホームページ URL : <http://www.hi-ho.ne.jp/t-kitagawa/>  
TCA公式ホームページの開設を進めています。まもなく公開です！

【7月末現在 会員数300名】



## 素晴らしいバンク走行体験

T C A 会員：飯川 忠広

日付：2004年7月17日(土) 場所：立川競輪場

講師：大宮 政志氏 (東京オリンピック日本代表, T C A 会員馬場さんの友人)

### \* はじめに

事務局の中村さんに参加申し込みをお願いした時から、毎日この日を待っていました。待ちに待った当日、弾むような心で、電車に乗り立川競輪場に向かいました。

立川駅で富田さん親子とお逢いし、競輪場まで案内してもらいました。小6のお子さんに、父親のバンクを走る勇士を見せて貴重な体験をさせる事は、将来の思い出として、いつまでも胸に残ることだと思います。会場に着くと、既に14、5名の会員の方が、日向さん、大宮講師の注意事項と競輪用自転車について説明を受けていました。

### \* 感動

初めてバンク内に足を踏み入れて、周囲を見渡した時の感動は素晴らしいものがありました。競輪用自転車をお借りして、手に触れたとき、ハンドブレーキが無い事は知っていましたが、実際にどのような構造になっているのか解りませんでした。クランクと後輪が一体になっていることも、初めて知りました。



### \* 試乗

備え付けのコンプレッサーでタイヤに空気を入れて、いよいよ自転車に試乗しました。

始めは、コート内でゆっくり走行し、乗り降りの練習です。乗車時左足のストラップがなかなか入らずに苦労しました。降車時も減速して左足が頂点に達したとき、下車することもようやく覚えめました。

### \* バンク走行

そして皆さん既にバンクに入って走行を始めました。私も続いてバンクに入って走行したのですが、コーナーでは平地しか走行出来ません、傾斜面を少し試走したのですが、白線内の走行車線を走る事が難しいのです。だんだん馴れて怖がらずに足を早く回転させ、思い切ってスピードを上げると上手に走行出来るようになりました。

大宮講師のラスト10、9、8周・・・のカウントダウンの掛け声で、一生懸命4000Mを走破しました。終了後、自転車は相当な運動量ですから、こまめに水分補給をするように指導を受けました。

### \* スタート練習

最後にスタートブロックを使っでのスタート練習です。クランクの位置を決めてブロックに自転車をセットします。左足をストラップに固定してから、右足を固定します。GOの合図で、お尻を強く振ってスタートします。本物の競輪スタートは電動式で、ピストルと連動しているので、フライングは無いんだそうです。

### \* 1000Mトライアル

余興で希望者のみ1000Mトライアルを実施しました。私も挑戦してみました。私の前に走られた皆さんより、はるかに遅い1分45秒でした。

最後に、この企画を実施して頂いたT C Aの皆さんに感謝いたします。