



# TCA ニュース

＝2014年7月発行＝【No. 274】

発行 東京サイクリング協会 広報委員会

<http://tokyo-cycling-association.com> 〒104-0061 中央区銀座7-15-11-1201 Tel・Fax 03-3541-6540

サイクリストの五楽 ①輪楽・自転車を楽しみ ②行楽・旅を楽しみ ③道楽・道を楽しみ ④友楽・友と楽しみ ⑤遊楽・遊びを楽しむ

## スポーツバイク乗り方講習会

皇居パレスサイクリングで、平成24年(2012)6月から始まったスポーツバイク乗り方講習会が2周年を迎えた。

開催は毎月第一日曜日の午前、午後の各2時間づつ、一日2回の講習で、自転車には乗れるけどスポーツバイクも乗ってみたい、遠くまでサイクリングをしたいという人向けに安全で、快適なスポーツバイクの乗り方、楽しみ方を知って貰おうと行なわれています。

「初心者乗り方教室」は既に周知されていますが、「スポーツバイク乗り方講習会」は自転車産業振興協会のホームページに掲載されているだけで、申し込みは当日現地でということもあり、開催当初は受講者が3、4人でした。丸2年がたち、20回を超えた(雨天中止)ので、最近では各回(午前・午後)定員の10名となることもあり、既に200名近い方が受講しています。意外と20代女性が多いのに驚きます。

ここで使用しているスポーツバイクはロードレーサータイプ(ドロップハンドル)とクロスバイクタイプ(フラットハンドル)があります。

講習内容は約2時間で、前半はルール(道交法)、マナー、スポーツバイク乗車の際の注意点、乗車前の点検等の講習を行ないます。後半は、実走しながらブレーキ操作、ギアチェンジ、合図等の実技講習を行ない、最後に指導員伴走の下にパレスサイクリングコースでのスポーツバイク走行体験を行ないます。



熱心に説明を聞く参加者



実技講習(上)と実走体験(右)





# センチュリーラン笠間2014

今年も9月の第一日曜日(9/7)に茨城県サイクリング協会主催の「センチュリーラン笠間2014」が開催されます。茨城県サイクリング協会から開催要項が送られてきました。

- 日 時：2014年9月7日(日) 受付・車検 6:30~7:30 出発 8:00~
- コース：A・フルセンチュリー(約155km) B・ショートコース(約93km)
- 参加費：JCA会員 4,000円 一般 5,000円 高校生 2,000円
- 受付期間：2014年7月7日(月)~7月31日(木)



## 茨城(笠間)に行ってみませんか？

TCA会員 山本 雅通

今年も9月の第一日曜日(9/7)に、茨城県サイクリング協会(I CA)主催の「センチュリーラン笠間2014」が開催されます。

茨城県サイクリング協会からお誘いの連絡があり開催要項が送られてきました。

昨年、北川専務理事と二人で参加しましたが、笠間センチュリーは暑いのが特徴とI CA青山専務理事が自慢そうに言っていました。

受付が早いので前泊したから、朝食を旅館でたっぷり食べたのでご機嫌。朝早く緑が多いせいか、東京より大分涼しく、湿度も低く快適。俄然やる気が出る。

笠間芸術の森公園イベント広場をスタートして暫く良いペースで走っているメンバーの後に付いて行くと、凄い30km/hオーバーで走っている。後ろに付いていると一緒に走ってられる！

しばらく付いて行くがやはり離される。少し離されると、もう追い付けない。

走っている時には、気温はそんなに気にならない。

道中、コンビニと自販機は多い。コンビニに入る為に止まるとムーンとするように暑い。

店の中へ入ると涼しい！ やっぱり手に取るのは「赤城しぐれ」。二・三回コンビニに入って「赤城しぐれ」ばかり身体に入れてしまう。

本当はサンドイッチを買って食べようと考えていたのだが、店に入ったとたんに忘れて冷たい物を手に取ってしまう。

笠間センチュリーは、筑波山の周りを一周して95km程でスタート地点の芸術の森公園に戻る。この間はアップダウンが少ない。このスタートゴール地点のチェックを通過して先へ行くと残りの山間部区間へ入る。

95kmのショートコースでフィニッシュすることができる。この地点でチェックを受けると先へ行かねばならず、ゴールしなければリタイアとなってしまう。チェックせずにゴールの申告をするとショートコースの完走扱いになる。じっくり考えて決断する必要がある。面白い仕組みとなっている。

ショートで申告してフルに変更もできるらしい。ただし、スタートが遅いから結果的に厳しい。フルで申し込んでおいたほうが良いと思われます。

私達は、そこで誘惑に負けてフィニッシュしてしまいました。「今日のところはこれぐらいにしといてやるか」と、お昼を食べて記念品に笠間焼のタンブラーをもらって、茨城県協会にお礼を言ってから笠間駅まで走って輪行して東京へ戻りました。

今年もフルとショートのどちらにするか分かりません。

去年は、小松屋旅館を予約しました。希望者がいましたら同宿しましょう。

【6月末現在 会員数246名】