

(恒例) 第3回淡路島体力測定会

みんなで1周150kmに挑戦! 60kmは・・・?

1. 概要

今回の体力測定会は、自信のある人も、ちょっと心配な人も、無理かもしれないと思っている貴方も、全員で淡路島1周を目指して走ります。単独で昨年の記録に挑んでもよし、同じぐらいの速度で走れる仲間と走ってもよし……。皆で助け合って150kmを走ってみましょう。

どうしても60kmを走りたいという方の為に、特別グループも用意しますよ……。

ジェノバライン岩屋**8時30分スタート**、夕刻4時ゴールを目指します。ゴールまでたどり着けなかった参加者は、サポートカーでお迎えに行き、岩屋まで戻ります。

初めからサポートカーをあてにして、のんびりと走っても良いですよ!

注意事項

※各コースとも、自転車交通規則(制限速度・信号など)は必ず厳守して下さい。

※**ヘルメットは、必ず被ってください。**無い場合は、体力測定会に参加していただけません。

※パンクなど修理トラブルは参加仲間で協力して下さい。

※会員以外の参加者で自転車保険に加入されていない方は、『TSマーク自転車向け保険』に加入してください。サイクルショップ銀輪亭でも、自転車整備と加入が出来ます。



2015年第1回体力測定会

2. 日程

2016年4月8日(土)前泊組は、18:00から前夜祭!(自由参加)前泊を希望される方は、直接塩田までご連絡ください。明石市内のビジネスホテルを予定しています。

2017年4月9日(日)体力測定会

※雨天の場合は、前日18時での降水確率で判断しメールにて連絡します。今回は、雨天順延は決まっていません。後日開催又は、プライベートツアーで、淡路島を走る予定です。

3. 集合(現地集合・明石解散)

集合場所:ジェノバラインの淡路島側

集合時間:**午前8時00分 8:30スタート**

※集合時間に間に合わない方は、ご相談ください。

4. 参加費

会員:無料 / 一般参加500円

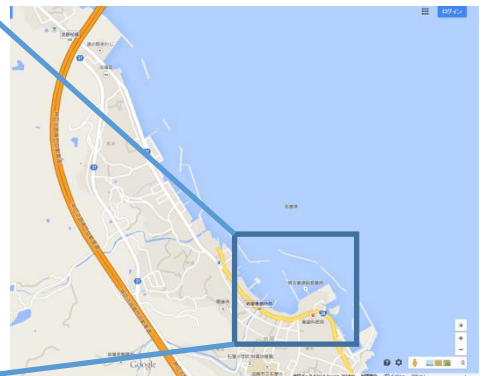
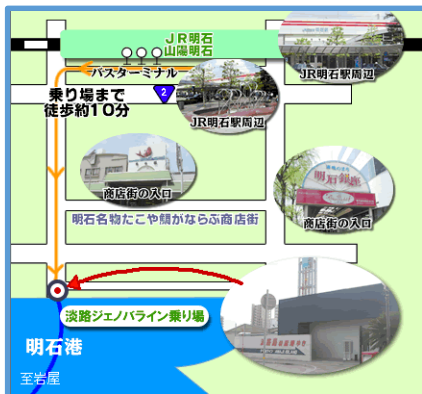
昼食、行動食、飲料水、現地までの交通費は、各自負担とします。

明石~岩屋はジェノバライン連絡船(往復・自転車込 1,440円)

5. 申し込み方法

参加者は、メールにて事務局の丹羽まで、又はフェースブックで受け付けます。尚、集合時間に間に合わない方はその旨お伝え下さい。後日ご返答致します。

6. 地図とジェノバ時刻表 (7:00 乗船)



↓↓土曜・日曜・祝祭日ダイヤ↓↓

岩屋発→明石行き(分)	時刻	明石発→岩屋行き(分)
00 30	06	30
00 30	07	00 30
00 30	08	00 30
00 30	09	00 30
00 40	10	00 30
20	11	10 40
00 40	12	20
20	13	00 40
00 40	14	20
20	15	00 40
00 40	16	20
20	17	00 40
00 40	18	20
20	19	00 40
00 40	20	20
20	21	00 40
20	22	40
20	23	40

7. 自転車の搬送

当日輪行できない方の為に、車による自転車の搬送を予定しています。台数に限りがありますので、早めにお知らせください。費用は1台1,500円、前日昼までに銀輪亭にお預けください。イベント終了後の自転車引取りは、翌日18:00以降になります。

レンタルバイクを希望される方は、サイクルショップ銀輪亭出口まで、直接お申し込みください。

8. ご注意

当日トラブルが発生した場合の為に、現地にサポートカーを準備します。パンクなどの軽微なトラブルは、サポートカーを使用できない場合があります。パンク修理に備えて、各自でチューブなどの準備をお願いします。

自転車の点検整備は、十分に行ってください。ブレーキの調整・空気圧のチェックは、念入りをお願いします。自信の無い方は、事前に銀輪亭出口さんにご相談ください。

当日の天候等により、予定を変更する場合がありますのでご承知ください。

9. 体力測定会打ち上げパーティ

明石に戻ってから、慰労会を開催します。お時間に余裕のある方は参加してください。費用は実費とします。

10. お問い合わせ・緊急時連絡先

事務局： 丹羽誠 090-5469-1974

イベントリーダー： 塩田廣大 090-1914-0141

レンタルバイク： 銀輪亭出口隆二 06-6848-7314 090-8205-6386

11. 参考地図

淡路島 Awaji Island Cycling Map

サイクリングマップ

**■コンビニエンスストア等への空気入れ、
タイヤレバーの配置について**

淡路島内のコンビニエンスストア（ローソン及びファミリーマート）等に自転車用の空気入れとタイヤレバーを置いてあります。地図の緑印は、左のステッカーを掲示しています。お立ち寄りの際にご利用ください。

■高速バスご利用のサイクリストの方へ

淡路交通の高速バスは、大阪、三宮、洲本バスセンター、津名、鳴尾、舞の浜西島の各ターミナルで自転車（バスのトランクに収納できるものに限り）の積載ができます。ご利用にあたっては、次の項にご確認ください。

トランク荷室の提供で、積載できない場合があります。自転車はトランク内で固定しませんので、他の手荷物との接触等で自転車が破損するおそれがあります。他バス会社と共同運行していますので、実際の利用に当たっては、淡路交通株式会社（0799-22-3121 平日9:30-17:00）にお問い合わせください。

■電動アシスト付き自転車のレンタルについて

次の観光案内所で、電動アシスト付き自転車をレンタルできます。詳しくは各案内所までお問い合わせください。

- 岩屋観光案内所…淡路市岩屋925番地27（岩屋ポートビル内） 電話0799-72-3420
- 東浦観光案内所…淡路市浦548番地（東浦バスターミナル内） 電話0799-75-2119
- 洲本観光案内所…洲本港2番43号（洲本バスセンター内） 電話0799-22-0742
- 南あわじ観光案内所…南あわじ市塩屋甲1528-4（なないろ館内） 電話0799-22-2336

明石海峡大橋

岩屋 スタート・ゴール

●岩屋港に有料駐車場があります。

150kmコース
120kmコース
60kmコース
50kmコース
30kmコース
25kmコース

洲本 スタート・ゴール

●洲本バスセンターに隣接して有料駐車場があります。

洲本市街地比大橋

洲本バスセンター（洲本観光案内所内）

福良 スタート・ゴール

南あわじ市街地大橋

うしじお〜なないろ館（南あわじ観光案内所内）

1 : 140,000

**もっと自転車に優しい淡路島にするために
ドライバーへのお願い**

自転車は小さく静かな乗り物です。思いやりに優しく、慎重にお扱いします。走行手前になって困っているかも知れません。サイクリストには積極的に声をかけてください。

サイクリストへのお願い

交通ルールを守って走行しましょう。他のサイクリストが走っていたら、助け合いましょ。たまにはゆっくり走って、淡路島の色々な魅力を味わってください。

写真提供：京都府道徳センター発行
このマップの作成にあたっては、淡路交通株式会社の承諾を得て、淡路交通の地図データ（©2019淡路交通）を利用した。（©2019 丹羽誠、塩田廣大）