

ロードバイクの始め方”説明会“

中学生 高校生 (U15.U17.U19)
女性も歓迎



yamanakakoct.com

Yamanakako
Cycling Team

2024.10

『ロードバイクに乗りたい』でも～

- どこで買えばいいの? 《ご案内》説明会 (無料)
- どんなバイク? 10月19 (土) 11時 -
- 費用はどのくらい? 10月20 (日) 11時 -
- スポーツとして楽しむには

実施：山中湖サイクリングベース

山梨県南都留郡山中湖村平野479-29 (ダラスビレッジ敷地内) 0555-28-5007

■「ロードバイクに乗ってみたい」そう思うみなさんへ サイクリスト育成で実績を出している 山中湖サイクリングチームより提供するプログラムです 国内・欧州の自転車界に関わってきたチーム監督が ロードバイクへの入り方を具体的に解説します

■ロードバイクの「楽しみ方」買い方 乗り方 速くなる イベントへの参加 レースに出場 成長過程のカラダへスポーツとして 解剖学や運動生理学から指導します

■女性サイクリスト (これから始めたい方も含め) のカウンセリングもします 基礎・基本 楽しみ方 健康 トレーニング 初めてのビンディング 全てに応じます

山中湖近隣だけではなく 国内全域から募集します
気楽にベースへ遊びに来て下さい

みなさんと会えること楽しみにしています

ご案内：斉藤 清史 / 監督・トレーナー
日本スポーツ協会公認コーチ

Yamanakako
Cycling Team

info@yamanakakoct.com

山中湖サイクリングチーム