

SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2018年10月

	SRMのんびりショートコース ビギナーや時間のない方におすすめです。ショップスタッフがかならず伴走します。 距離は40km前後	SRMミドルでフィットネスコース ちょっと自転車に慣れてきた人やツーリング指向の人向けです。	SRMみっちりロングコース 健脚向け トレーニング的な走りをしたい人向け
7日	マツナガののんびりビギナーズライド！ロードバイクビギナー向けサイクリング サイクリングに最高の季節です！！この貴重な季節を大いに楽しみましょう！ コースは小町の里コースです！坂が少しあります。登り坂未体験社はチャレンジしてみてください！23km/h前後のまったりとしたスピードで走ります。ビギナー向けロードバイクサイクリングとなります。途中コンビニ休憩あります。 ショップ集合 8:30 距離40km前後 帰着11:00頃	藤下さんのミドルコースマジカルミステリーツアーお休みです！	有志の皆さんでコースを決めて下さい
14日	かすみがうらエンデューロにショップで参加します！ ショップはお休みとなります！ご注意ください。	おやすみ	おやすみ
21日	藤下さんがショートコース担当します。ショートコースをもう卒業したい中級者向けとなります。コース、距離はメンバーにより変わります。 ショップ集合 8:30 距離:50km前後 ショップ帰着12:00。	有志の皆さんでコースを決めて下さい	有志の皆さんでコースを決めて下さい
28日	サカマのゆるふわサイクリング 『速く走ることもいいけど、たまにはのんびり走っていいじゃない』がテーマののんびりサイクリング☆ 10月最後のSRMはサカマが担当いたします。コースは新コースを検討中！平坦中心の約40km前後の予定です。23km/hで前後の速度で走るビギナー向けサイクリングです。涼しいこの季節、一緒にサイクリングを楽しみませんか？徐々に風が強まる季節ですので風対策をお忘れなく！ ショップ集合 8:30 距離 約40km ショップ帰着 11:00過ぎ	藤下さんのミドルコースマジカルミステリーツアーあります ショップ集合 8:30 70km前後	有志の皆さんでコースを決めて下さい

★今月のイベント&とくとく情報！

10月14日はかすみがうらエンデューロショップ参加日です！ ショップお休みとなります！