

# SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2023年3月

	<b>SRMのんびりショートコース</b> <small>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</small>	<b>SRMミドル&amp;ロングコース</b>
<b>5日(日)</b>	<b>5日バンク修理講習会</b> 今月の講習会はバンク修理講習会です。内容はクリンチャーとチューブレスのバンク修理です。出先でバンクしてしまったときに慌てないためにスキルを身に着けましょう！クリンチャーホイールをお持ちの方は練習に使用するのでホイールや修理道具一式をお持ちください。事前申し込み制とします。 開始 9:00 終了予定 11:00	<b>SRMお休みとなります。</b>
<b>12日(日)</b>	『サカマと行く不動峠ヒルクライム』 温かくなってきたらヒルクライムシーズン！今年はヒルクライムイベント参加を検討する方も多いようです。ということで関東でも屈指のヒルクライムスポット、不動峠に挑戦します。平沢官衙遺跡を目指し走行し、小休憩の後ヒルクライムに出発します。登り区間では各自マイペースで挑戦できます。アタックしたい方はぜひベストタイムを、初挑戦でのんびり走りたい方は完走目指して走りましょう。峠到達後、小グループに分かれて降り、平沢官衙遺跡で集合・小休憩した後ショップへと戻ります。平沢までの往復は23km/h前後で走ります。 ショップ集合 8:30 距離 約40km内、登り区間約4km ショップ帰着 11:00過ぎ	有志のみなさんでお決めください。ショップはインフォメーションの仲介役をさせていただきます。走りの仲間を集めたいときはショップにメールをしてください。SRMメンバーの皆さんに連絡をします。
<b>19日(日)</b>	<b>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</b> 桜は咲いているでしょうか？可能であれば毎年恒例の桜三昧コースに行きたいと考えています。去年は時期を逸してしまったので今年はぜひ桜のトンネルをめぐりましょう！コースはほとんど平地です。時速23km/h前後で走る初心者向けミニサイクリングです。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	有志のみなさんでお決めください。ショップはインフォメーションの仲介役をさせていただきます。走りの仲間を集めたいときはショップにメールをしてください。SRMメンバーの皆さんに連絡をします。
<b>26日(日)</b>	『サカマのつまみ食いサイクリング』 今月のつまみ食いサイクリングはがりんとう饅頭です。筑波山麓の饅頭屋さんを目指して走ります。平坦中心のコースを23km/h前後で走ります。途中小さな坂がいくつかあります。お土産を持ち帰りたい方はサコッシュや大型サドルバッグをお忘れなく！ ショップ集合 8:30 距離 約40km ショップ帰着 11:00頃	有志のみなさんでお決めください。ショップはインフォメーションの仲介役をさせていただきます。走りの仲間を集めたいときはショップにメールをしてください。SRMメンバーの皆さんに連絡をします。