

# SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2023年6月

	<b>SRMのんびりショートコース</b> 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	<b>SRMミドル&amp;ロングコース</b>
<b>4日(日)</b>	<b>「サカマのつまみ食いサイクリング」</b> 雨あが上がることを祈ってレッツサイクリング！コースは平沢コース、平沢官衙遺跡を目指します。平坦中心の40km弱のコースを時速23km前後で走ります。平沢官衙遺跡での休憩を予定しています。雨上がりの可能性が高いため、必要な方は泥除けなどを装備するとよいかもしれません。 ショップ集合 8:30 距離 40km弱 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。
<b>11日(日)</b>	<b>「バーテープ交換講習会」</b> ロードバイクやグラベルロードに欠かせないバーテープの交換講習会です。簡単そうで実は奥深いバーテープ交換方法をレクチャーいたします。実演説明したのちに愛車で練習していただきます。スペースの都合上、先着5名までとします。バーテープを交換できるようになると気分転換しやすいですよ♪詳細はホームページ及びメールにてお知らせします。	<b>SRMはお休みです。</b>
<b>18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> 梅雨真っ盛りでしょうか。けどこの時期はアジサイがきれいだと思います。梅雨の晴れ間をぬって走りましょう！コースは小町の里周回コースです。坂が少しあります。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>25日(日)</b>	<b>「サカマといくゆるふわ不動峠ヒルクライム」</b> 関東の中でも人気のヒルクライムスポット、不動峠に挑戦します。距離約4km、平均勾配7%の坂道です。ショップ集合後平沢官衙遺跡を目指して走り小休憩後にヒルクライムに挑戦します。登り区間では各自のペースでOKです。ゆったりと登りたい方、タイムアタックしてみたい方、それぞれのペースで登り登頂したら再集合して降ります。降りには少人数に分かれて降り、平沢官衙遺跡で再集合したのちにショップへと戻ります。みなさんで行けるこの機会に挑戦してみてください♪ ショップ集合 8:30 距離 約40km 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。