

SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2023年7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&ロングコース
2日(日)	「携帯工具&メカトラブル講習会」 サイクリング中に起きるメカトラブルの対応方法と、それに伴う携帯工具の使い方についての講習会です。これに参加すればバンク以外のトラブルが起きてても安心です！事前申込制とします。詳細は後日発表します。	SRMはお休みです。
9日(日)	マツナガののんびりビギナースライド！ロードバイクビギナー向けサイクリング 梅雨真っ盛りでしょうか。梅雨の晴れ間をぬって走りましょう！コースは筑波北部周遊回コースです。坂はほとんどありません。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。
16日(日)	「サカマのゆるふわサイクリング」 今月のゆるふわサイクリングは吉沼コースです。吉沼にある和菓子屋さんを目指します。平坦中心約40kmのコースを時速23km/hで走るビギナー向けサイクリングです♪ ショップ集合 8:30 距離 約40km ショップ帰着 11:00	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。
23日(日)	「水を使う洗車講習会」 普段開催しているワコースさんによる洗車講習会では水を使わない洗車方法をレクチャーしておりますが、今回はスタッフサカマによる水を使う洗車方法をレクチャーいたします！雨天の場合は室内にて水を使わない洗車講習会に変更いたしますのでご容赦ください。今回はメンテナンススタンドの都台上、実践方式ではありません。事前申込制とします。詳細は後日発表します。	SRMはお休みです。
30日(日)	マツナガののんびりビギナースライド！ロードバイクビギナー向けサイクリング 梅雨明けしているでしょう！お～あの灼熱地獄到来です。でも走ります！熱中症対策は怠りなく！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。