

# SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2017年2月

	SRMのんびりショートコース ヒ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
5 (日)	藤下さんのショートコース 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 9:00 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
12 (日)	マツナガののんびりヒギナーズライド! ロードバイクヒギナー向けサイクリング 年の中で一番寒さが厳しい時期でしょうか! 寒風に負けず走りましょう! 春はもうそこまで着ています! コースは小町の里コースを予定しています。坂が少しあります。ヒ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 9:00 距離40km前後 帰着 11:30位	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 9:00 70km前後	有志の皆さんでコースを決めて下さい
19 (日)	藤下さんのショートコース 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 9:00 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
26 (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☆ 今月の坂間担当コースは、年始で行く予定だった平沢官衙遺跡を回る平坦コースです。面白そうなわき道を見つけたらコースアレンジするのでお楽しみに! 23km/h前後でのんびりサイクリング。初めての方もご安心下さい♪ 距離は40km前後で、平沢官衙遺跡での休憩があります。 ショップ集合 9:00 距離 約40km ショップ帰着 11:30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

★今月のイベント&とくとく情報!