

SPORTS BIKE TSUKUBA MATSUNAGA SRMカレンダー 2017年9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
3 (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 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
10 (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たっていいじゃない』がテーマののんびりサイクリング☆ 夏を惜しみつつサイクリングといきましょう。コースは平沢ルートです。23km/hの速度でのんびりと走ります。平沢での休憩を予定しています。SRMに参加したことのない方も一緒に走ってみませんか？ ショップ集合 8:30 距離 約40km ショップ帰着 11:00	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
17 (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 秋、サイクリングに最適なシーズンです！ ボクはこの季節が大好きです。寒くなる前の一番いい季節を楽しみましょう！ 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。坂未体験の方ぜひ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。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 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
24 (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 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

★今月のイベント&とくとく情報！