

日本体育協会 自転車競技公認コーチ (SWEN 三島店) 清木聖司による 自転車 メンテ & ライディング 2018年 4.8 (日)

 雨天中止
 中止の際は前日までにご連絡いたします

静岡県静岡市清水区 SWEN 清水店 店頭駐車場

日本体育協会自転車競技公認コーチ・清木聖司が皆さんのロードバイクの不安を解決します！
 「買ってみたけど、よくわからず乗っている」「日々のメンテナンスは？」「こんなとき
 どうすれば？」という初心者の方の不安から、「もっと早く走りたい！」「快適に長距離をこなしたい！」
 「より専門的なメンテナンス技術を知りたい！」などの中上級者の要求にも応えます！
 ロードツーリング幕開けの4月、この講習で今年は1歩進んだシーズンにしましょう！！



清木聖司 (SWEN 三島店)
 自転車安全整備士・自転車技士
 日本体育協会公認 自転車競技コーチ

イベント参加費

最低走行人数：5名

お一人様 (保険代込)

税込

2,000円

ご参加は中学生以上対象とさせていただきます。


 ヘルメットレンタル
数に限りがございます。

税込

500円

タイムスケジュール

- 11:00 SWEN 清水店 店頭駐車場 集合
 車体メンテナンス講習スタート
- 12:00 昼食 (昼食は各自持参ください)
- 12:50 メンテナンス講習 その2
- 13:50 休憩 (必要な方は着替え)
- 14:10 ライディングスクール
 SWEN 清水店出発
- 16:30 SWEN 清水店到着 / 質疑応答
- 16:45 終了解散

《日常のメンテナンス》
 一般的なメンテナンス方法を改めて
 学んで実践してみましょう。

《一歩進んだメンテナンス》
 変則調整やブレーキなど知っておきたい
 技術を目の前で学びましょう。

海沿いに伸びる太平洋自転車道を港町の様子を
 眺めながら走ってみましょう。

スケジュールは目安です。変更になる場合がございます。予めご了承下さい。

SWEN 清水店 集合

静岡市清水区袖師町1471-4

持ち物・装備チェックリスト

- 車体 ロードバイク推奨 (クロスバイク可)
- 工具 ※携帯用工具可
 (六角レンチ (3mm/4mm/5mm)、プラスドライバー)
- ウェス (ぞうきんサイズ程度) ヘルメット
- ツーリングに適した動き易い服装
- 昼食 飲み物
- タオル / 着替え 帽子 / 防風着
- カメラ サングラス 常備薬

お申し込み / お問い合わせ

- 【静岡県】 三島店… (055-981-8520) 富士中央店… (0545-55-2300) イオン富士宮店… (0544-28-2700) 清水店… (054-361-1581)
 袋井店… (0538-41-2155) 浜松店… (053-411-5133) イオン浜松市野店… (053-411-3381) 島田店… (0547-36-5551)
- 【愛知県】 エアポートウォーク名古屋店… (0568-39-3443) ヒルズウォーク徳重店… (052-879-6810) ラグーナ蒲郡店… (0533-58-2202)
 ナディアパーク栄店… (052-249-8207) 豊田店… (0565-25-2252)

スタッフの指示には必ず従って下さい。当日健康チェックカードを配布しますので、ご協力をお願いいたします。体調が優れない場合や心配事などありましたら、事前にスタッフへお伝え下さい。当社は、イベントの参加者を対象者として国内旅行障害保険に加入しています。

■死亡後遺症保険 300万円 ■入院保険金日額 3,000円 ■通院保険日額 2,000円

メインインストラクター：清木 (SWEN三島店)

『日本体育協会公認 自転車競技コーチ 清木聖司による 自転車メンテ&ライディング』参加申込書

【店控え】

カナ						住所	□□□-□□□□	市・郡	区・町
お名前						携帯	-	緊急連絡先	-
生月	S・H	年	月	日	血液型	アンケート	このイベントを何でお知りになりましたか？ <input type="checkbox"/> HP <input type="checkbox"/> SNS <input type="checkbox"/> 知人から <input type="checkbox"/> 店頭告知 <input type="checkbox"/> その他()		
ヘルメットレンタル	有	無	整備用工具	有	無	車体	分かる範囲で結構です。		
※事故防止のため、SWENスタッフの指示に従うこと、万が一の怪我や事故においては国内旅行障害保険の範囲内の対応になることを同意します。						ご署名(自筆)		未成年の方は親権者の同意が必要です。	