



広報

こうちサイクリング

NPO 法人 高知 Cycling project Maze-Cle 広報誌



11
Nov.
2020

No.04

撮影場所：芸西村琴ヶ浜

11月のイベント情報

第11回 あっ、そうだ！自転車でカフェに行こう！

- 開催日時：**11月14日(土)** 9:00~16:00
(延期の場合：11月21日(土))
- 集合場所：香南市サイクリングターミナル(香南市夜須町手結山1304)
駐車場あり※駐車場内での事故・盗難については一切責任を負いません。
- コース：ターミナル→三宝山→天神の大杉→ルーカフェ
→赤野休憩所→ターミナル
- 参加費用：お一人1,500円(昼食料、保険代を含む)※お支払は現金のみ
- 定員：**15名(先着順)**
- 締め切り：**11月12日(木)**

お城を目指して登ります！



※定員に達した時点で締め切らせていただきます。
 ※天候などによる決行の判断は13日午前中に判断してお知らせ致します。
 ※イベント保険に加入しますので以下の事項をMaze-Cle齊藤までご連絡をお願いします。
 ■氏名(カタカナ) ■性別 ■生年月日(西暦) ■ご住所 ■電話番号
 ※その他、ご不明な点などありましたら本法人までお問い合わせください。

今回の目的地は香南市夜須町手結山にある『ルーカフェ』さんです！



©Rue Cafe

住吉漁港の近くにある築100年の古民家カフェはとっても可愛くてオシャレなお店で、何を食べても美味しいご飯ばかり！
 午前中はみんなで三宝山を登り天神の大杉へ行き、午後からは赤野休憩所へゆっくり行きます。三宝山ではそれぞれタイム測定をしてみましょ！



第1回

Fun ride 塩の道 香南

主催：県立山田高等学校、NPO法人高知Cycling project Maze-Cle
 後援：香南市、（一社）香南市観光協会
 協力：絵金蔵、塩の道保存会、香南市サイクリングターミナル、あぐりのさと
 NPO法人高知Cycling project Maze-Cle

開催日時：11月23日（月・祝）9:00～16:00

集合場所：絵金蔵（香南市赤岡町538）

駐車場あり※駐車場内での事故・盗難については一切責任を負いません。

参加費用：お一人3,000円（保険、昼食、ガイド料込み）

定員：30名（先着順）

締め切り：11月19日（木）

※定員に達した時点で締め切らせていただきます。
 ※天候などによる決行の判断は21日午後12時に判断して
 Facebookでお知らせ致します。

エントリーは
こちらから！



地元の学生が企画主催するサイクルイベント！？
 塩を運ぶために使われた道「塩の道」は海から山へ続く険しい道のり。
 今回はそんな歴史や魅力ある道を「地域の食」を堪能しながら
 サイクリングします！
 道中のアレコレをこの日のために勉強した学生がガイドします！
 地元の美味しい名物などたくさんご用意していますので
 ぜひ一緒に走りましょう！



<お問い合わせ> NPO法人 高知Cycling project Maze-Cle

TEL：090-1300-1028 E-mail：kochi.cycling.project.mazecle@gmail.com

※注意事項や開催情報などは随時更新して行きます。

Facebookをご確認ください。

※当日はMaze-Cleの広報・活動記録として写真・動画撮影を
 致しますので、ご理解・ご協力のほどお願い致します。



理事長
たより



食欲に読書、そしてサイクリングの秋！

最近、朝晩の寒暖の差が出てきましたね。
 日中は日差しが暖かく夏には考えられない心地よさを感じます。
 紅葉や食など、秋には秋の楽しみ方がありますが自転車も四季に
 よって違うそれぞれの楽しみ方があるのだと思います。
 寒さも強まってきますが体調管理や栄養補給をしっかり行って楽
 しんでいきましょう！路面が乾きづらく滑りやすい時期でもある
 のでご注意を！
 僕は最近、あまり自転車に乗れず体重が増えてきました・・・
 僕にとっては食の秋になりそうです。。。



mirukuru

自転車歴：8年ばあ
自転車：GIANT ロード=TCR
／MTB=TALON3 /ブリジストン
テーラーメイド (CrMo)

東京都小平市への転勤を機に入社時に買った上記のCrMoに再び乗り出したリーマンチャリダー。スタミナ無いので長距離は休憩短く一気に走らないと途中で、ちがまるオンチャン。

龍河洞スカイライン



のいち動物公園入り口から、シャトー三宝経由で龍河洞へ向かいます。少し前まで丘の上に風車がありましたが、今はワイナリーが建設中。楽しみです。そこから壁の様な坂を上がり、九十九折の坂を過ぎるとシャトー三宝入り口。一旦休憩して景色を楽しんでから龍河洞へ。ここからは若干路面が荒れてます。龍河洞ではCafe Ayam、または石州で食事できます。休憩後、駐車場から坂を下って丁字路を左折し少し上ります。龍河洞トンネルは若干照明暗いので安全の為、歩道へ。下りきってスタート地点に戻りますが、時間の余裕があれば鬼ヶ岩屋洞穴の見学とかどうでしょう。

中村文昭さんに、パトンをお渡しします！

活動報告

第8回タンデム自転車講習会が開催されました！

10月18日(日)に香南市サイクリングターミナルにて第3回タンデム自転車講習会が開催されました。当日は参加者、講師や関係者など約30名の方が集まりサイクリングを行いました。走行前は、警察による「道路交通法と交通ルールについて」、ルミエールサロンからは「視覚障害者について」、本法人からは「タンデム自転車の特性と乗り方について」とそれぞれ専門の講師をお招きして座学講習を行いました。



視覚に障害を持った方でも楽しむことができるということがタンデム自転車の大きな魅力であり、だからこそ知識や技術を学ぶ場所が必要です！天気もよく、午後の走行では芸西村にある琴ヶ浜まで潮風を感じながらサイクリングし、今回、ヤシィ・パーク内にあるベジフルッタさんから提供いただいたメロンジュースを綺麗な海を眺めながら皆さんで頂きました。次年度以降も継続していけるよう、より楽しい講習会になるよう一層努力して行きますので来年もまた一緒に走りましょう！

私たちはNPO法人 高知Cycling project Maze-Cleを応援しています。



SENA R1 仕出し・宴会 曾我

