4月のエコカフェ

桜めぐりサイクリング

～始めよう自転車生活～

スポーツバイク入門講座

日時：4月13日（土）9:30～16:00

集合・解散：りんご並木のエコハウス（本町２－３０ ）

参加費：500円（別途、昼食代が1000円程度必要です）

桜守や観光課職員のガイド付きで、りんご並木のエコハウスを出発し、座光寺、高森町にかけて、桜の名所（天白公園付近・高森南小学校・麻績神社等）をスポーツバイクでめぐります。

（スポーツバイク無料貸出可能）

初心者の方に合わせて、

ゆっくりと走りますので、

お気軽にお申し込みください。

＜詳細は裏面をご覧ください＞

住み続けたいまち　住んでみたいまち　飯田

文化経済自立都市

飯田市

Iida City　http://www.city.iida.lg.jp/

自転車のまち推進会議　飯田市　共催事業

＜申込み・お問い合わせ＞
飯田市地球温暖化対策課
電話　0265-22-4511　内線5247

そろそろ春ですね。飯田下伊那地域には、桜の名所が多くあります。春風の中、飯田市から高森町にかけての名所を巡るサイクリングに出かけませんか？

この企画は、スポーツバイクに興味はあるけど、慣れてないという方をメインターゲットに、経験者と共にゆっくりと巡り、クロスバイクやマウンテンバイクの扱いを体験して頂きます。

初心者歓迎ですので、是非お申し込みください。

参加者募集概要

募集対象：中学生以上で、サイクリングに興味をお持ちの方**（初心者歓迎）**

（レンタルを希望される方は、自転車のサイズの都合上、身長150ｃm以上の方が対象になります）

人数：15名程度

参加費：500円（別途、昼食代を1,000円程度ご用意ください。）

持ち物：タオル、飲み物

自転車：レンタルを希望される方は、サイズと台数がありますので、事前にご相談ください。

（今回は、同じ様なペースで走るため、貸出は、クロスバイクとマウンテンバイクのみとさせて頂きます。**電動自転車の貸出しは行いませんのでご注意下さい。**）

ご自分の自転車の利用を希望される方も、お手数ですがご相談ください。

その他：運動に適した格好でお越し下さい。

コース概要

9:30　りんご並木のエコハウス集合

ミニ講座（日常における運動と健康について／飯田市保健師）

りんご並木のエコハウス→高森町明永寺／天白公園近辺→

昼食（アルプスサーモン丼の食べられるお店を予定）→高森南小学校→麻績神社・元善光寺見学→

黄梅院・専照寺→りんご並木のエコハウス（16時予定）

クロスバイクについて

クロスバイクは、マウンテンバイクの様な車体に、一般道向きのでこぼこのないタイヤを組み合わせた街乗り用自転車です。スポーツだけでなく、普段使いを意識したカジュアルなスポーツバイクです。

近年、クロスバイク、マウンテンバイク、ロードバイクといった、ママチャリ・シティサイクルと言われるタイプとは違った自転車に乗ることがブームとなっています。これらの自転車に共通するのは、シンプルに作られ、デザインが良く、軽い車体と、多段階のギアがあること。

このような自転車に乗った人は、これまでの自転車との違いに驚かれる方が多数いますので、是非一度お試しください。

坂道ジテツウプロジェクト参加者募集中！

飯田市では、坂の多い土地に適した自転車として、全国でも珍しいクロスバイク／マウンテンバイク／電動アシスト付き自転車の長期貸出しを行っています。

市民の方であれば、月500円の利用料で、最長3カ月、利用できます。

詳細は、「環境モデル都市・飯田」のＨＰ又は、チラシ表面の地球温暖化対策課まで。