

# サイクリングアカデミー 伊豆大島キャンプ

2011年 11/19 (土)・20 (日)

**同時開催** トライアスロン秋合宿も実施

のんびり旅気分  
でも  
参加OK!



講師

元オリンピック代表 **竹谷賢二氏**

トレーニングからポジションフィッティングまで  
深い理論をわかりやすく伝えてくれます!

参加者全員にポラールから心拍計を貸与。  
心拍をもとにレベルに合せた実走行を行います。  
夜は心拍データを元に講習会と親睦会です!

中・上級者は  
ヒルクライムやインターバルを  
入れたメニューで走行

お昼はお寿司で夜はお酒飲みつつ、  
本気の方は本気で汗を流せる内容にスケジュールリングします。



Y'sRoad 志木店長 高橋  
**当社 No.1**  
バイクフィッティング  
スペシャリスト  
が同行サポートします!



参加費: **35,000** 円 (自転車配送代、往復船代、宿泊代、朝食・昼食×2・夕食代、保険料、諸税)

最低遂行人数: **10** 名

応募締切: **11/6 (日)** ※自転車持込は 13(日)まで

【行き】 高速ジェット船 8:25 東京発 - 10:25 大島着

【帰り】 大型客船 14:30 大島発 - 19:45 東京着

※自転車については、行きは事前配送、帰りは輪行移動になります



## 旅行代金 東京発着

お一人様あたり **35,000** 円 (税込み)

料金に含まれるもの：自転車配送代、往復船代、宿泊代、朝食・昼食×2・夕食代、保険料、諸税

- ・行きは自転車の事前配送となります。13(日)までに Y'sRoad 首都圏店舗に自転車をお持ち下さい。
- ・復路用に輪行バックをご持参下さい。復路の自転車は必ず前後の車輪を外して「輪行袋」に入れてください。

期 間 **2011年 11/19 (土)・20 (日)**

応募締切：**11/6 (日)** ※自転車持込は 13(日)まで

### 宿 泊 先

## 朝海館(あさみかん)別館ロッジ

住所：東京都大島町岡田字北野 129-8

電話：04992-2-8344

※お風呂は 24 時間入れます



### ◎行程のご案内

日 次	行 程
19(土)	<p>【ご集合場所・時間】東京(浜松町)竹芝桟橋客船ターミナル 7:30分集合 8:25~~&lt;ジェット船&gt;~~10:25 大島 ▶11:00 民宿チェックイン 竹谷さんと島内実走 夜は心拍データを元に講習会、夕食後親睦会</p>
20(日)	<p>▶9:00 民宿チェックアウト 竹谷さんと島内実走 大島 14:30~~&lt;大型客船&gt;~~18:00横浜大桟橋~~19:45東京・竹芝</p>

