

らいど

No.71 06/2017

センチュリーランを走る会 (創立:平成7年 会員:185人)
246-0013 横浜市瀬谷区相沢 1-31-4 平本方
メール: daiou160km@nifty.com
ウェブサイト: http://www.daiou.org/
フェイスブックページ: www.facebook.com/#!/daioucyclingclub

自転車で 160km を8時間以内で走る感動
それがセンチュリーライド

特集

2017 大王夏合宿 伝統の松本～白馬 180km が復活!

今年の大王総会で、「あのコース、あの景色、あの宿舎、あの蕎麦、あの山岳路、やっぱり信州で!」の提案あり、それに決定。親方は、古賀氏。運営ボランティアが足りない、募集中だ。設定は『ガチ! なロングライド』。持ち時間はおよそ 10 時間。誘導立哨はない。自分のペースでルートを見定めて走る。昼食や休憩は自由。修理は自前。よって、難易度は面倒見の良い 150km イベントの 3 割増し。しか～し走り終わった達成感や 2 倍以上。きつとゴールで自分を褒めたくなることだろう。180km フルコースのほか、160km、127km の部があり、脚力に合わせて選ぶ。夜は楽しい懇親会。翌日は、選択制ライド。①グルメライド=おいしい蕎麦を食べに行こう! ②ヒルクライム=走り足りない人は美ヶ原へ? 充実の 2 日間が待っている!

夏合宿へいらっしゃい!
呼び掛け人 古賀基生

- 6月8日20時時点で38人! 残席=6! 早くしないと部屋がなくなっちゃう
- ご安心ください! ハーフの部あり
180キロを走る自信がない方、大丈夫です。180キロ走らなくても「完走証」「参加賞」ありますよ。
ハーフの部=信濃大町のコンビニ(ファミマ)先、三日町北交差点で折返すと127km
3/4の部=美麻峠を下り「サンサンパーク白馬」の先「土合橋南交差点」で折り返すと160km
- 日程



7月22日(土) 松本～白馬 180km
※フルの部ほか、160km、120km の部を実施
ルートラボ <http://yahoo.jp/ZDTELC>
朝6時集合、6時30分出発予定。夜は宿舎で夕食を兼ねた「お楽しみ懇親会」

7月23日(日) 選択制ライドの日
※前日、大雨順延のときは松本～白馬
①グルメライド=おいしい蕎麦を食べに行く、②走り足りない人=美ヶ原ヒルクラ
●参加費: 10000 円を予定
●宿泊: 信州健康ランド、(JR 篠ノ井線村井駅徒歩5分、長野道塩尻北IC目の前) ※幹事が一括して、団体で宿泊予約済み。宿泊希望日を幹事宛にお知らせください。
※「7月21日と22日」の各日、「禁煙シングル40室」と「和室(4名)1室」を予約してあります。宿泊費は各自精算とします。

●発着点:
22日=信州まつもと空港、滑走路下トンネルをくぐり、すぐ右に入る公園駐車場
23日=宿の線路側駐車場

- オプション
7月21日(金)
①アリさん前日走プラン 岡森氏
茅野駅10時～10時30分発。白樺湖～ビーナスラインへ～車山～霧ヶ峰～下諏訪～塩尻峠～健康ランド。約69km、上り1,330m、下り1,480m) ※雨や猛暑の場合は走りません。参加者は岡森氏または大王事務局までメールを
- ②自走プラン 新村茂氏
立川駅南口7時発～健康ランド19時着
コース <https://yahoo.jp/ePRIs1>
実施条件 雨及び酷暑でないこと
- 参加お申し込みは
タイトルは「2017年夏合宿」、本文に。会員番号、名前、当日つながる携帯、前泊の有無を記して、古賀あてにメールを!
daxgoemon ここはアットマーク gmail.com
- 今年度の走行上のお約束
1=サポートカーを延々と走らせる予定はありません。
古賀は、自転車で大町コンビニで折返し空港へ。その後フルマで逆走します。



完走に自信のない方は、輸行袋を用意し途中の駅から JR 大糸線を利用願います。2=エイドステーションもありません。
コース上にコンビニ等ありますので、必要なものはそちらで。
高知のお父さんの「自分が必要なものは自分で持とう」の精神で。
3=スタートしてから 5 時間過ぎたら、帰路につきましょ。
コースを完走したい気持ちは分かりませんが、10 時間の設定があります。時間を守ることも重要です。
ホテルでは、僕らの食事が時間に合わせて用意されていますので。

