

BLITZEN CYCLING METHOD

# BCM

● 宇都宮市サイクリングターミナル前

● 開始：AM9:00~PM13:00

## 7/29 (日)

### ~BCM 第2回 ヒルクライム対策講習会~



第2回BCM開催のお知らせ

BCM第2回目は、ヒルクライムの走り方を宇都宮ブリッツェン清水 裕輔 監督と2018 Tour of Japan 山岳賞獲得 鈴木 譲 選手が実際に登りのコースをサイクリングしながら講習いたします。坂道ををただ登るのではなく、ヒルクライムのタイムの出し方や小技などを講習いたします。なお、サイクリング講習の後はサイクリングターミナル内でランチ付きの懇親会を開催いたしますので、ヒルクライムでのお悩みや日頃疑問に思っていることがありましたら是非ご参加ください。



宇都宮ブリッツェン 監督 清水 裕輔



宇都宮ブリッツェン 選手 鈴木 譲

参加費 … 10,000円(保険料,昼食費込)  
(当日徴収いたします。)

定員 … 10名(最小催行人数3人)

受付期限 … 2018年7月26日(木)

申し込み方法 … 電話、来館、Eメール

対象年齢 … 中学生以上

キャンセル料 … 前日は参加費の50%

当日または連絡なしのキャンセルは参加費の100%

- ① 電話受付…下記の必要事項をお答えください。
- ② Eメール受付…「宮サイクルステーション」ホームページの『お問い合わせフォーム』から、「BCM 受講希望」と書いて、下記の必要事項を記入して送信してください。
- ③ 来館受付

#### 必要事項

「氏名」「性別」「年齢」「電話番号」  
「メールアドレス」「自転車歴」

【お問い合わせ・申込み先】 宮サイクルステーション

- 住所: JR宇都宮駅西口 市営駐輪場西側 (宇都宮市川向町1番48号)
- Eメール: info@miya-cyclestation.jp
- ホームページ: http://miya-cyclestation.jp
- 電話: 028-627-3196

#### \*サイクリングにおける留意事項

- ・ヘルメット、グローブは必ず装着してください。
- ・雨天の場合、中止いたします。(小雨決行)  
変更の場合、前日19:00までにホームページでお知らせ致します。
- ・受付窓口は「宮サイクルステーション」となります。  
「宇都宮ブリッツェン」への直接のお申込みはご遠慮願います。