

メソクリングガイド 養成講座

in Oooka 2023

サイクリングガイドに必要な、サイクルツーリズムからリスクマネジメント、
メカニカルの基礎知識やルート作成まで座学と実技で学ぶ全6日間。

Part 1 ライディング基礎 10月9日(祝) 10(火)

- ・サイクルツーリズムとは
- ・サイクリングガイド概論
- ・ライディング基礎
- ・メカニカル基礎

竹田 哲也さん
(新潟県糸魚川市)

- (交通法規・集団走行)
- (メンテナンス・交換修理・工具)
- ・リスクマネジメント
- ・セイフティトーク
- ・サイクリングアプリの紹介

Part 2 サイクルツアー作成 10月16日(月) 17(火)

- ・ターゲティング
- ・ストーリーテリング
- ・ルート作成
- ・サイクルマップ作り
- ・サイクリングアプリの活用

道上 忠之さん
(長野県信濃大町)

Part 3 ガイディング実習 10月27日(金) 28(土)

- ・ライディング実習
- ・テストライド (実技試験)

杉山 知子さん
(岐阜県高山市)

サポートガイドにグラバイスクール修了生

講師 まちづくりサイクルアドバイザー&
自転車冒険家 小口 良平 氏

長野県岡谷市出身。足掛け8年半をかけて
世界157の国と地域を自転車で巡る。
grav bicycle station 運営 (辰野町)
Japan Alps Cycling Project副代表
諏訪湖八ヶ岳自転車活用推進協議会代表

Cycle Up! Meeting サイクリスト交流会 with 小口さん

各パート1日目(10/9,10/16,10/27)の夕食タイムに、小口さんを囲んで養成講座受講生と共に『サイクルアップ・ミーティング』を開催します。他では聞けないここだけの話、これからのサイクリングについてetc. サイクリング談話を楽しみ交流しましょう。(Cycle Up! Meetingのみの参加も可)

全講座受講生には修了証を
発行します。(希望者のみ)

申し込み概要

参加費用

通期(全6日間) 39,500円(税込)

パート1~3の受講料と宿泊費(1泊2日/2食付x3回)
※宿泊なしの場合: 29,500円

単発(2日間) 15,500円(税込)

いずれか1パートの受講料と宿泊費(1泊2日/2食付)
※宿泊なしの場合: 12,000円

- 昼食代は含まれません。宿泊の方は夕食・朝食付です。
- 自転車持ち込みOK。別途各回3,000円(税込)でレンタル可。お申し込み時にお知らせください。

Cycle Up! Meeting 5,500円(税込)

- 養成講座受講生はお申込みのパートでは無料で参加できます。

開催時間

講座1日目 10:00~16:00

Cycle Up! Meeting 18:00~20:00

講座2日目 9:00~16:00

お申し込み

Webサイトのお申込みフォームからお申込みください。

<https://cyclingooka.com/>



主催/大岡自転車活用推進協議会

info@cyclingooka.com 080-5145-1017 (内田)

会場・宿泊先

聖山パノラマホテル

〒381-2702 長野県長野市大岡丙5 4 0 2 - 2

後援/長野県、長野市、ながの観光コンベンションビューロー、
市立大岡公民館、大岡地区住民自治協議会
協賛/聖山パノラマホテル、大岡温泉(eternal story株式会社)、
カフェテラスモモ

長野県 地域発元気づくり支援金事業

eバイクのある里山暮らしを体験！

大岡サイクリングガイドツアー

Guided E-Bike Tour in Oooka, Nagano

Enjoy deep experiences of "Satoyama Life" in Japan with e-bike!

超高性能eバイクSpecialized Vado SL 4.0で里山ライド！



大岡のアルプス展望



アルプスが一望できる大岡。eバイクなら走行中もゆったりと景観を楽しめます。

Oooka offers a panoramic view of the Japan Alps, and with an e-bike you can relax and enjoy the scenery while riding.

当ツアーでは、Specialized(スペシャライズド)社の超軽量eバイク「Vado SL 4.0」をお貸し出します。(ツアー料金に自転車レンタル料を含む)

大岡で秘境体験



大岡を愛する地元のガイドが、知る人ぞ知るパワースポットや秘境ポイントにご案内します。

Local guides will take you to sacred space and well-kept-secret place.

大岡で真心体験



各コースでは農家の古民家で休憩をします。おばあちゃん手作りの「おこびれ」をいただきながら地元の方とふれあいます。

We will take a break at an old farmhouse in the village and chat over grandma's handmade light meal.

初年度キャンペーン実施中
Special PRICE

半日 half day
2-3h : ¥2,000
1日 one day
4-5h : ¥4,000

* English-speaking guides are extra charge.

ご希望に合わせたコースを提供します。詳細&お申込みはWebサイトへ

We offer tailor-made courses. For more details, please visit the website.

大岡サイクリングプロジェクト

Cycle Up! Oooka

<https://cyclingooka.com>

info@cyclingooka.com



CYCLINGOOKA