

# サイクリングガイド研修会

## 1. 目的

オホーツク地域は、雄大な自然や食をはじめ、恵まれた道路環境により多くのサイクリストが訪れています。本研修会は、オホーツクの魅力を体感いただき、サイクリングサポートの人材育成を目的とする。

## 2. 講師内容

知床サイクリングサポート 代表 西原 重雄 氏

- ・日本サイクリング協会サイクリングインストラクター
- ・日本サイクルツーリズム推進協会サイクリングツアーガイド

※オホーツク地域において、多くのツアーガイドを行っている西原氏による、ツアー引率時の知識と技術、自転車のトラブル等の対応や、実際に公道を走行しての講習を予定しております。

## 3. 会場

北見市端野町二区 8 2 9 番地 ノーザンアークリゾート 2 階

## 4. 受講費

1 日受講 : 3,000 円、2 日受講 : 5,000 円

受講料は、当日徴収します。(受講料には、保険代が含まれますが、宿泊費など一切含まれませんので、各自でお支払い願います)

## 5. 定員

6~15 名 (定員が 6 名以下の場合は、研修会を中止します)

## 5. 参加要件

サイクリングツアーガイドを学びたい方やサイクリングの基礎的メンテナンス、複数での走行、安全走行などサイクリング技術全般を講習します。

- ①基礎編…1 日 30km 以上走れること。スポーツバイク乗車経験があること。
- ②応用編…1 日 50km 以上走れること。スポーツバイク乗車経験があり、ガイドもしくはイベントのサポートライダーの経験があること。

1 日目 (7 月 18 日) : 基礎編 (アシスタントレベル)

2 日目 (7 月 19 日) : 応用編 (ガイドレベル)

※受講を希望される方は、下記のメールアドレス（サイクルアドベンチャーオホーツク推進協議会）に

氏名、住所、連絡先、受講日を記載の上お申し込みください。

メールアドレス：info@hokkaido-okhotsk-cycle.com

## 6. カリキュラム

### 基礎編

- 09:00～09:30 インロダクション～サイクリングツアーとは？（座学）
- 09:30～10:00 サイクリングツアー体験（2～3km 走行）
- 10:00～11:00 サイクリングガイドの基礎知識（座学）
- 11:00～12:00 メカニック講習（チェーン外れ、パンク修理等）
- 12:00～12:30 振り返り・質疑応答
- 12:30～13:30 昼食
- 13:30～14:30 モデルツアー①（約 10km 走行）
- 14:30～15:30 モデルツアー②（約 10km 走行）
- 15:30～16:30 モデルツアー③（約 10km 走行）
- 16:30～17:00 振り返り・質疑応答
- 17:00 終了

### 応用編

- 09:00～09:30 サイクリングツアーの作り方（座学）
- 09:30～10:00 コース作成（座学）
- 10:00～11:30 コース下見（約 15km 走行）
- 11:30～13:00 昼食
- 13:00～14:30 モデルツアー①（約 15km 走行）
- 14:30～16:00 モデルツアー②（約 15km 走行）
- 16:00～16:30 メカニック講習（ディレラー調整、ブレーキ調整、各ネジのゆるみ等）
- 16:30～17:00 振り返り・質疑応答
- 17:00 終了