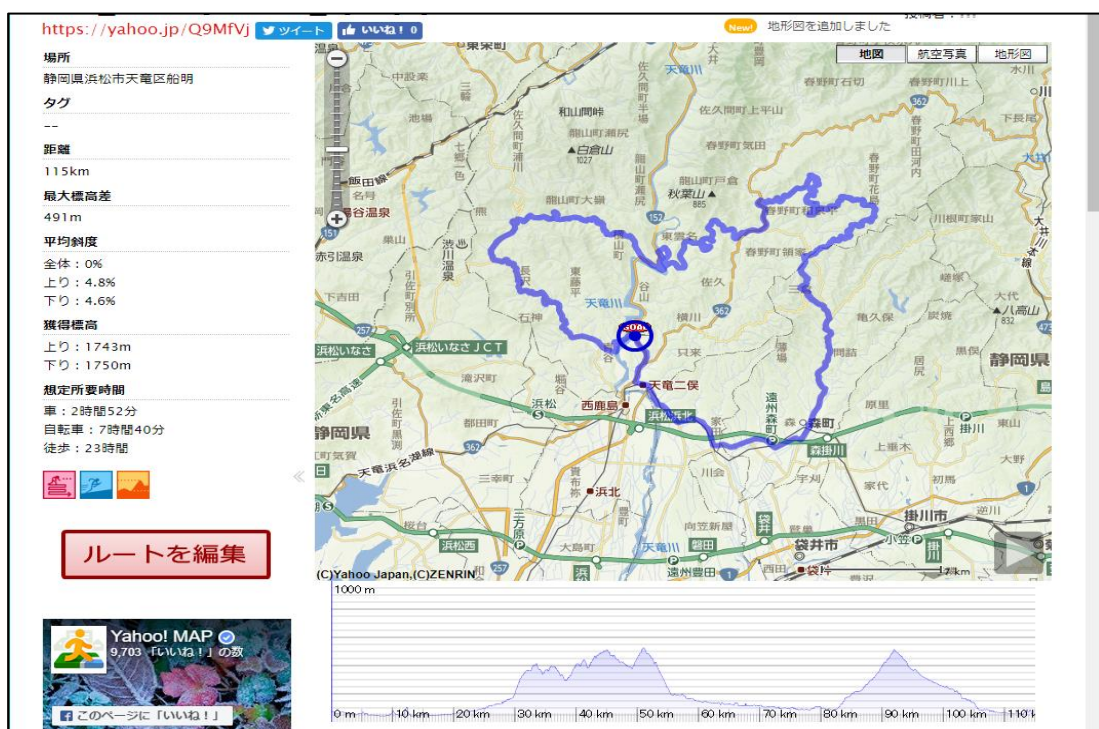


令和元年度ロード競技練習会（第3回）
実施要項

1. 主催 一般社団法人 静岡県自転車競技連盟
2. 趣 旨 ロード競技における競技力及び持久力の向上を図ため長時間・長距離を走ることを目標とする。また、練習会は一般公道を走行するため、交通ルールの順守を原則として車社会における地域との共存意識の啓蒙に努める。
3. 期 日 令和元年12月21日（土）（予備日として12月22日）
※少雨の場合は決行
※天候不順、翌日曜日の天候回復が明らかな場合には順延
4. 会 場 静岡県西部地区の山間部 浜松市天竜区春野町、熊、及び森町
5. 集合場所 浜松市天竜区 船明運動公園 駐車場
〒431-3306 静岡県浜松市天竜区船明 2649
6. 日 程 12月21日（土）
8：30 集合
15：30～16：00 解散予定 ※ 翌日順延の場合も同日程
7. 第3回コース

- ・天竜区船明運動公園駐車場スタート
- ・天浜線天竜駅前から豊岡、森町より袋井春野線(58号線)を北上する。
- ・県道63号、389号線へ高低差のある道を北上する
- ・春野町大時地区を左折し砂川方面へ。新宮池（コース最高地点）を超え、熊切川（県道263号線）へと下る。
- ・熊切川沿いを下り、国道362号線へ合流。T字路を左折し、天竜方面へ
- ・春野ふれあい公園を右折し、気田川沿いを下る（雲名・横山方面へ）。
- ・横山から県道295号線を西へ、道の駅「くま水車の里」方面へ
- ・県道9号線を南下し、下阿多古から県道297号へ。トンネル通過後、天竜川橋手前を左折し、船明運動公園へと戻る。



<https://latlonglab.yahoo.co.jp/route/watch?id=fcacfd9173abd83aadbd7cff2e662aa>

距離	115km
最大標高差	491 m
平均斜度 上り	4.8 %
獲得標高	1,750 m
走行時間	約 5 時間 30 分



8. 参加人数 10名程度
9. 参加資格 JCF 競技者登録者（静岡県 U17・ジュニア）
10. 申込期限・方法 参加申込書（HPからダウンロード）に必要事項を記入し、メールで申し込みください。
（件名は 1221 ロード練習会）
申込締切日：令和 元年 12 月 13（金）
E-mail scf@tx.thn.ne.jp
一般社団法人静岡県自転車競技連盟事務局 TEL 0545-85-3128
11. 参加費 500円当日（参加費はエントリーした時点で発生する）
12. 参加者への注意事項
 - 1) 疾病および負傷については応急処置のほかは参加者の責任とする。
 - 2) 各自でスポーツ安全協会等の保険に加入し健康保険証を持参すること。
 - 3) 参加者は(公財)日本自転車競技連盟公認ヘルメットを装着すること。
 - 4) 一般公道での走行の為、交通ルールの順守を原則とする。
 - 5) 参加者は自転車整備を事前に行って来ること。
 - 6) パンク等の処置については、各自最低限の修理用具（チューブ、レバー、ポンプ等を）携行すること。（尚、トラブル等の対応の為に、車両1台が伴走します。）
 - 7) カーボンホイールは不可とする（ブレーキ面がアルミの物は可）。
 - 8) **走行中の補給食については、スタート時に各自必要な分量を携行する。**
事前にコースマップをよく確認しておき（ルトラボ、GoogleMap、ストリートビュー等）分岐等で道順に確証が持てない場合は勝手に判断せず、必ず後続者を待って確認をすること。
 - 9) 山間部に於ける走行(特に下り路面)に於いては、常に対向自動車があることを想定し、キープレフトを守ること。
13. その他
 - 1) 事故、体調不良者は収容車にて搬送する。
 - 2) 途中棄権者は、収容車にて搬送する。
 - 3) 自走可能棄権者は、運転補助が伴走し船明運動公園へ戻る。
 - 4) 常に心に余裕を持ち、先頭～最後尾が離れすぎないように先頭走行者は留意する。