

トンデモツーリング、クラブランについて

トンデモクラブでは走る目的に応じて主に2つのグループで走っています。

★ トンデモツーリング

ツーリングは、季節によりいろんなコースを走り、休憩ポイントにて参加メンバーと自転車やいろんな会話ができるのも楽しみの一つです。毎年地元石川県で行われるサバイバルサイクリングのツールド能登やグランfondやクラブのいろんなツーリング。そしてダイエットや健康を目標にされる方のみならず最近ではエコで地球にやさしい乗り物と注目される自転車でいろんな仲間とエンジョイしませんか？

平地走行の平均速度、約25km/hのツーリングペースで約40kmから80kmの距離走るサイクリングです。

メンバーのペースに合わせて走るサポートもあり、多少スピードに差が出る場合でも休憩ポイントで時間調整が出来、安心して走ることが出来るツーリングですのでお気軽に参加してみてください。

また、初心者の方や、クロスバイクなどロード以外のバイクの方、また女性の方も安心して参加頂けるようにトンデモサイクリングも企画しています。(不定期 随時予定。)

トンデモツーリング以上にスピードを押さえ、坂道もより少なめのコースを選択して走りますので、ご安心して参加してみてください。

★ トンデモクラブラン

ヒルクライムやロードレース、トライアスロン、デュアスロンなどの各種レースやグランfond等のロングサイクリング参加のために、長い距離を速いペースで走りたい方に適した練習会です。複数メンバーによる集団走行を基本とすることによりローテーションやスピード維持などのライディングスキルを高め、各メンバーの目的達成(自己記録更新やレース優勝、入賞)を目的としています。

すこしハードな練習もメンバーと励まし助け合い、楽しみながら走っています。

自己実現、達成感、日常生活からトリップしたい人にぴったりとしたクラブです。

トンデモツーリングに比べ休憩時間も少し短めで、コースも脚力を付けるために山岳コースも多く取り入れています。平地の平均速度、約30km/hで60kmから150km走ります。

★ 共通

出発時間: AM7:00~12:00 ただし季節、コースにより変更となります。

開催時期: 3月~11月

詳細はトンデモクラブ HP を参照ください。<http://www.tondemo.jp/xps/>

集合場所: サイクルショップカガ コースにより変更になる場合があります。

注意事項

- (1) 出発時間の少し前に集合し、参加者確認のスタートリストにサインをお願いします。新メンバー参加の場合は紹介し、目的地、コース、休憩地点など確認の上出発します。
- (2) サイクルウェア、ヘルメット、グローブ、シューズなど適切な装備での参加をお願いします。
- (3) 安全に整備されたスポーツサイクルでボトル、補給食、ツール、スペアチューブ等各自準備し、トンネル内の走行安全の為、ヘッドライト&テールランプも装着して走行して下さい。
- (4) 当クラブやショップの活動は安全に注意して行いますが、その活動で万一発生した事故や怪我等の責任は、各自の自己責任において参加をお願い致します。
- (5) 万一の怪我やトラブルの為、必ず傷害保険に加入して走行して下さい。ご希望の方にはクラブからも傷害保険を紹介致します。