

みんなでサイクリング講座

爽やかな趣味をもつくらしへ

5/20(日) 11:00～13:00 公道での実走体験(雨天中止)
my自転車に乗って多摩川堤を走ってみる

13:30～16:00 講座室1
自転車の正しい選び方、乗り方、維持管理を知る

5/27(日) 13:30～16:00 会議室
気持ちよく走るためのルールとマナーを身に付ける

6/3(日) 13:30～16:00 講座室2
サイクルライフを持続するための工夫



講師：遠藤祐弘さん 東京ユースホステル サイクルリーダーズ主宰

参加料：1,700円（全3回の受講料と懇親会費用を含む）

対象者：健康で持続可能なアウトドア趣味を生活に取り入れたい方
交通災害がカバーされている保険に加入していること

申込み：講座名、氏名、住所、電話番号を明記した葉書をゆとりぎ窓口に

20125.8(火)必着、定員15名、申込み多数の場合は抽選

会場/連絡先：

〒205-0003 羽村市緑ヶ丘1-11-5
羽村市生涯学習センターゆとりぎ

☎042-570-0707

9:00 - 17:00月曜休館

主催：羽村市教育委員会

企画・運営：ゆとりぎ協働事業運営市民の会