

7月 PIST6 サイクルクラブ ローラー&フィジカル練習会

会 場 TIPSTAR DOME CHIBA (〒260-0045 千葉県千葉市中央区弁天 4-1-1)
開催日 2025 年 7 月 16 日 (水)
参加料 ローラー練習 フリー 大人 1,500 円 高校生以下 1,000 円
ローラーレッスン 初心者 大人 1,500 円 高校生以下 1,000 円
ローラーレッスン 中上級者 大人 2,000 円 高校生以下 1,500 円
ピストレンタルバイク 一律 500 円 (台数に限りがございます)
申込 下記 QR コードよりお申込みください



●ローラー練習 フリー(定員 5 名) 18:30-21:30

☆内容☆

3 本ローラーの練習利用が出来ます
指定時間内であれば、ご自由にご利用いただけます

☆参加資格☆

- ① 3 本ローラーに自分で乗り降り出来る方
- ② ピスト、ロードのいずれかの自転車を所持している方
(お持ちでない場合はレンタルがございます)
- ③ 20 時 30 分までに会場に来られる方

スケジュール

時間	内容
18:30-	駐車場開場、受付
20:30	最終受け付け
21:30	終了
21:45	完全退館

●ローラーレッスン 初心者(定員 5 名) 19:30-21:00

☆内容☆

3 本ローラーへの乗車から降車までの基礎からレクチャーします

☆参加資格、準備物☆

- ① 3 本ローラーに乗ったことがない方
- ② ピスト、ロードのいずれかの自転車を所持している方
(お持ちでない場合はレンタルがございます)
- ③ 20 時までには会場に来られる方
- ④ 運動靴をお持ちください

スケジュール

時間	内容
19:30-20:00	受付
20:00	レッスン開始
21:00	レッスン終了
21:45	完全退館

●ローラーレッスン 中上級者（定員 5 名） 19:30-21:30

☆内容☆

3本ローラーでのトレーニングに加えて体幹などのフィジカルトレーニングも実施します

☆参加資格、準備物☆

- ①3本ローラーに自分で乗り降りができる方
- ②20時までに会場に来られる方
- ③ピスト、ロードのいずれかの自転車を所持している方
（お持ちでない場合はレンタルがございます）
- ④運動靴をお持ちください

スケジュール

時間	内容
19:30-20:00	受付
20:00	レッスン開始
21:30	レッスン終了
21:45	完全退館

■その他

- ・PIST6 サイクルクラブの規約を確認、ご理解の上参加をお願いします
- ・参加料は開催当日に現金にてお支払いください
- ・検車をした際に走行に支障が出る状態と判断した場合、走行をお断りすることがございます
予めご了承ください
（例:フレームのひび割れ、タイヤの裂傷・貼り付け不足、部品の改造・切削）
- ・落車等をした際に参加者の状態によっては、走行をお断りする場合がございますのでご了承ください
- ・自転車以外の機材の貸し出しは行わないため、忘れ物がないようお気を付けください
（ピストバイクのレンタルを希望の際は、事前にフォームにてお申込みください）
- ・室内でのトレーニングは発汗量が多くなります。水分や塩分補給にお気を付けください
- ・遅刻、体調不良等で参加できない場合は運営事務局までメールでご連絡ください
- ・不明点等ございましたらメールでお問い合わせください

■お問い合わせ先

PIST6 サイクルクラブ事務局 pist6cycleclub@gmail.com

■駐車場

ドーム関係者駐車場にお停めください

※事前に駐車票をお送りしますので、ダッシュボードに添付の駐車票を掲示してください

※台数に限りがございますので公共交通機関、乗り合いのご協力をお願いいたします

※満車の場合は千葉公園の駐車場をご利用ください

※駐車場入り口のバリケードは入退場したら必ず閉めてください

下記の地図、千葉公園第三駐車場前の赤矢印が参加者駐車場になります。

