

想いをつないで... 2015長野ピースサイクル

ご参加のみなさんへ

必ず目を通して下さい!

2015.6.9版



長野ピースサイクル実行委員会



「2015 長野ピースサイクル」に御参加いただきありがとうございます。ピースサイクルは平和を願うみなさん、一人ひとりにより創り上げられるものです。質問・意見等は気がついたときにして下さい。

また、**自転車ということから安全第一に事故等には十分注意していただくのはもちろん、自転車の整備・身体健康管理にも十分注意し、緊張感をもって走行を行って下さい。身を守るため手袋はもちろん、ヘルメットの着用をお願いします。なお、走行は班長を中心に班単位の行動を厳守して下さい。団体行動です。集合等の時間厳守もお願いします。また別紙「承諾書」の提出が無い場合、自転車での走行はできませんのでご了承ください。**

なお、当日の各休憩所等で一人でも多くの市民に平和をアピールしたいと思っております。ご協力下さい。

下記に、注意事項・周知等ありますので参加する前には必ず目を通して、不明な点は実行委員まで問い合わせして下さい。

☆当日までに準備をしておくこと

- 1) 体調を整えておいて下さい
道のりも長く、暑い日が予想されます。十分体調を整えておき、当日は万全な体制で参加して下さい。
 - 2) 自転車を整備しておいて下さい
毎年、走行を始めると整備不良からのトラブルが起き、スケジュールが遅れてしまいます。**事故等を防ぐためにも、ブレーキ・ハンドル・タイヤ・ライト等、自己の責任で点検し痛んだところは直しておいて下さい。また、自転車にも十分慣れておいて下さい。**
レンタル車も含め、必ず走行直前の点検を自己責任で実施して下さい。
- ※ 乗車前に必ず「承諾書」を提出して下さい。また当日の走行は無理をせず、体調を班長に申し出て下さい。その他走行方法については当日周知します。

☆スケジュールと宿泊場所

--- 詳細なスケジュールについては出発前と、宿に到着後周知します。

◎ 7月25日(土) 長野市松代町~新潟県妙高市西野谷新田 行程 74.3km



1日目のコース
(QRコードを読み取りアクセスして下さい)

8:30 松代町象山神社集合。(時間厳守) --- 早めに集合して下さい。
自転車の点検 --- **実走者自身で自転車の点検**を十分に行って下さい。
出発式・ミーティング

松代象山神社 出発 === 6.6km === 大室堤防 === 6.5km === サルK 須坂イッパ南店(左) === 5.1km === 須坂 長野ソバ工場 - 資料室(右) =
9:00 (堤防道路) 9:25~9:35 (K30) 10:00~10:10 (脇道) 10:30~11:00 水・トイレ

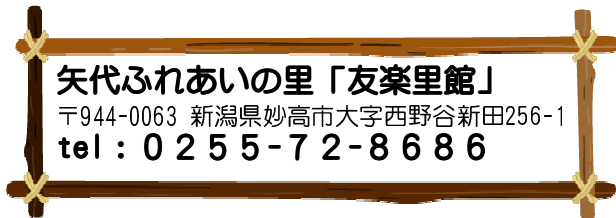
=== 7.9km === サルK 豊野店(右) === 4.1km === 大西園ソバ 直売所手前(左) === 2.0km === 広場(左) === 3.4km === 飯綱公民館
11:25~11:35 (R18) 12:05~12:10 (R18) 12:25~12:30 (R18) 12:45~13:50 水・トイレ

下り注意! 水・トイレ **国道横断注意!!** **長い登り** **長い登り** 昼食・水・トイレ

=== 3.4km === レオパッド白樺近く(左) === 8.1km === 黒姫物産(左) === 6.0km === 7/11 妙高高原パワースタイル店(左) === 8.8km ===
(R18) 14:10~14:20 (R18-K37) 15:00~15:10 (R18) 15:30~15:35 (R18)
キツ〜イ登り 途中左折 **水・トイレ** **下り注意!** **水・トイレ** **下り注意! 路面悪し!**

7/11 関山店(右) === 4.8+6.6km === 「友楽里館」着
16:05~16:15 (R18-K217) 17:00
水・トイレ **下り注意! 路面悪し!**

17:00 全体ミーティング
18:15 実行委員会ミーティング(実行委員のみ)
18:30 夕食・交流会
22:30 消灯



◎ 7月26日(日) 新潟県妙高市西野谷新田~柏崎市 行程 69.7km

6:30 起床
7:00 朝食
7:30 庭に集合(時間厳守) 全体ミーティング
自転車の点検 --- 実走者自身で自転車の点検を十分に行って下さい。

友楽里館 出発 === 5.0+4.1km === 7/11 関川町店(左) === 8.1km === 7/11 上越下稲塚店(右) === 9.8km === 7/11 上越青野店(右) =
8:00 (K428-R18-K30) 8:30~8:40 (K30) 9:10~9:20 (K30) 10:00~10:10 道路拡幅工事 注意! 水・トイレ

9.0km === 吉川杜氏の郷(右) === 11.3km === 米山ソバ手前(左) --- 3.6km --- 笠島(左) === 8.0km === 7/11 柏崎若葉町店(左)
(県道30号) 10:45~11:00 (県道30+R8号) 11:45~12:00 (R8:車で移動) 12:10~13:10 (R8) 13:40~13:50 水・トイレ・昼食購入 **国道横断 注意!** 車に乗車 **危険区間のため車で移動** 昼食

=== 9.1km === 7/11 中越刈羽店(左) === 2.0km === 柏崎刈羽原発 着
(R8) 14:25~14:35 14:50 水・トイレ **キツ〜イ登り**

15:00 ピースサイクル新潟と合流 --- 東京電力への申入れ行動
15:20 到着全体ミーティング --- 解散式
15:30 自転車の積み込み
15:50 帰路出発
17:40頃 篠ノ井着 解散



2日目のコース
(QRコードを読み取りアクセスして下さい)



☆参加費等について

- | | | |
|--------------------|---|----------------|
| 1) 参加費 (保険代含む) --- | 社会人: 2,000 円、大高生: 1,500 円、中学生以下: 1,000 円。 | } 参加申し込み時に支払い。 |
| 2) 自転車運搬----- | 1,000 円 走行後の自転車運搬を希望する方のみ。 | |
| 3) 自転車レンタル費----- | 1日 500 円 レンタルを希望する方のみ。(自転車の運搬費) | |
| 4) 宿泊代----- | 矢代ふれあいの里「友楽里館」(二食・交流会費込)
社会人: 9,500 円、未成年者: 8,000 円、中学生以下: 別途。 | |
- その他の食事代等は、自己解決または実費で願います。

☆持ち物について --- 貴重品等、十分な自己管理をお願いします。混雑するため名前を記入する等、所有者がわかるようにして下さい。

食事代等必要なお金・健康保険証・自転車用ヘルメット(所有者)または帽子・手袋・Tシャツ(2・3枚)・下着・靴下・短パンかサイクリング専用パンツ(2枚位)・雨具(カッパ)・タオル・洗面用具・筆記用具・着替え・日焼け止めクリーム常備薬・その他各自必要と思われる物。

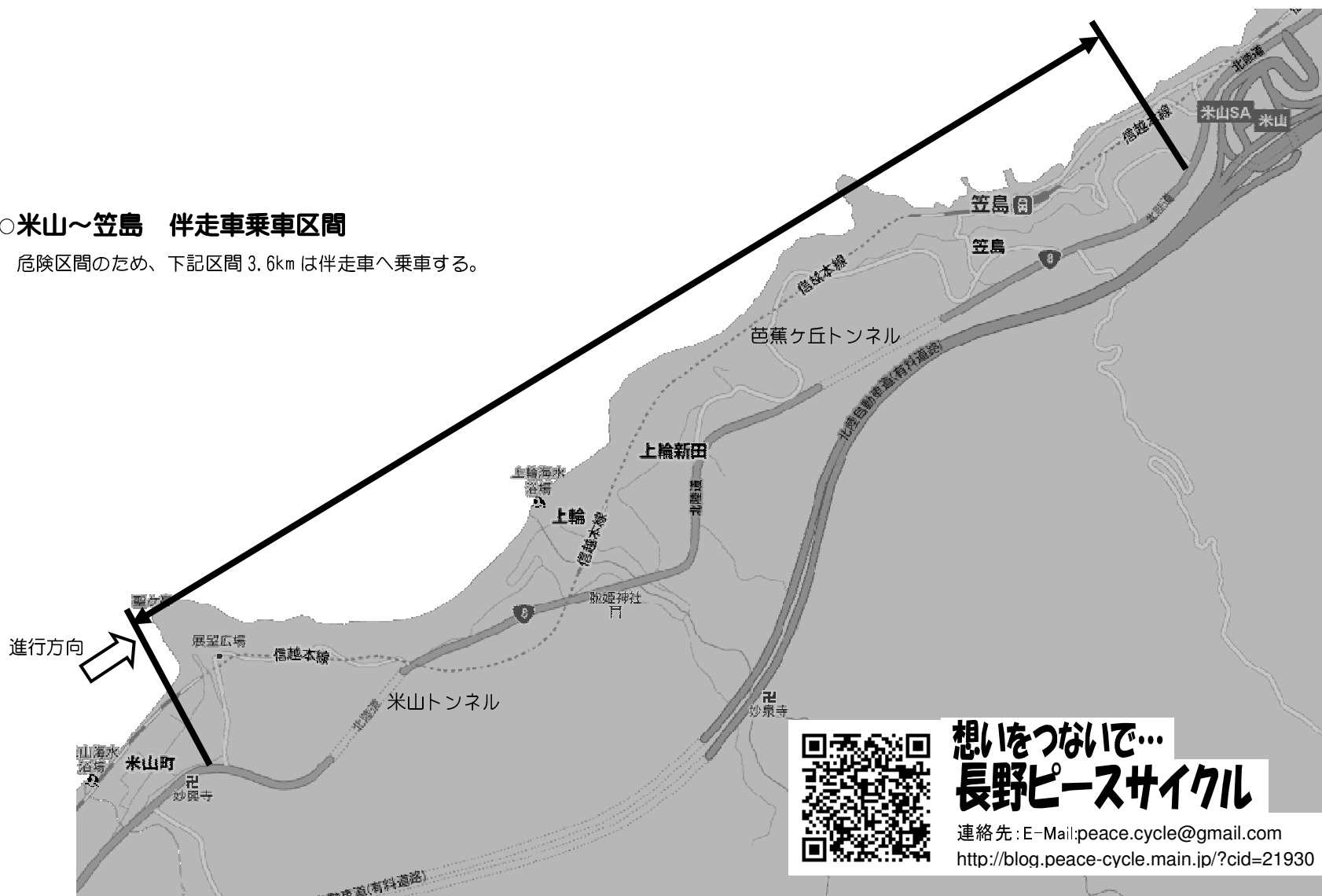
最後に **“団体行動です。事故の無いよう、安全には十分注意をし、
運転に集中し、緊張感を持って走行して下さい！”**

○矢代ふれあいの里「友楽里館」

- ・夕食・交流会: 18:30~20:30
- ・入浴時間: ~23:00、翌朝 6:00~
- ・朝食: 7:00~

○米山～笠島 伴走車乗車区間

危険区間のため、下記区間 3.6km は伴走車へ乗車する。



想いをつないで...
長野ピースサイクル

連絡先: E-Mail: peace.cycle@gmail.com
http://blog.peace-cycle.main.jp/?cid=21930