

個人ロードレース(男子)走行順

サイクリングエチケット



総距離:約244km
レース距離:約234km ※スタート後10kmはバレード走行
獲得標高:約4,865m

東口本宮富士浅間神社、富士山スカイラインを経由し、富士スピードウェイがFINISH。富士山の麓を走り抜ける壮大なコース



ルールを守ってサイクリングを楽しもう。



SHIZUOKA CYCLING

年間を通じて温暖な地域で、海あり山あり、多彩な景観が楽しめます。サイクリングのプランは、WEBサイト「SHIZUOKA CYCLING」をチェック!

自転車乗りのルールマナーを守って安全に乗りよう!

自転車安全利用五則

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 自転車は、左側を走行
- 3 歩道は歩行者優先で、自転車は車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
- 5 子どもはヘルメットを着用

静岡県自転車条例

- 自転車の点検整備を行いなさい
- 交通ルールを守って安全に利用しよう
- 自転車保険に加入しよう
- 児童・中学生の通学時ヘルメットをかぶりなさい

静岡県内ではシステム自転車で公道を走行できません。
● 特性を理解し、練習してから乗りなさい ● 公道を走りなさい (歩道は走行禁止)

あいさつをしよう!



新しい生活様式

サイクリングエチケット

イラストVer1.3

新型コロナウイルス感染症対策について、「3つの密(密閉・密集・密接)」を回避することがあげられており、自宅ですぐ日々も増えている。しかし、新鮮な空気と日光のもと適度な運動をし、身体と精神の健康を保つことも必要。その中でサイクリングは、他人との接触を避けながら、適度な負荷を体と与えることができるスポーツ。でも気を付けたいのは、サイクリングをするときの行動によって、感染の拡大や周りの人への不快感を与える可能性があること。次にあげるエチケットを参考にサイクリング・サイクルイベントを行おう。

人の少ない所を走ろう



十分な間隔をとって走ろう



疲労が残らない距離を目安に



飲食類は携行
店舗に寄るときはマスクを着用しよう



怪我のリスクが高い
走行はしない



帰宅後はすぐに手洗い・うがい・シャワーを浴びよう

