

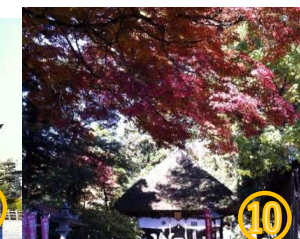


2020年 Chikuma Cycling Year 千曲サイクリングイヤー

千曲川自転車道が改装され、千曲市のサイクリングマップ（ヒルクライムを含めた9コース）がリニューアル、サイクリストの為の女沢公園が改築（予定）、千曲市の所々に「自転車の駅」が設置、等々。戸倉上山田温泉はますますサイクリングメッカになります。

これを記念して、私どもずくだしエコツアーは今年が「千曲サイクリングイヤー」と宣言いたします。その記念で毎月、四季折々のライドを企画いたします。是非ご一緒に走りましょう！

Come join Zukudashi Eco Tours for our monthly bicycle ride as we declare 2020 to be "Chikuma Cycling Year".



参加費 Fee	¥0	集合場所 Gathering Spot	ずくだしエコツアー・亀清旅館 Zukudashi Eco Tours in Kamesei Ryokan 長野県千曲市上山田温泉2-15-1	参加型 Participation	自由参加 各自で自己責任 Free, at your own risk.	貸自転車あり(台数に限りがあり) Rental bicycles available. ¥1000 2hrs, ¥1500 1/2 day
------------	----	------------------------	--	----------------------	---	---

テーマ	ご来光ライド	バレンタインデー	温泉街+節分草	杏の花ライド	被災地	母の日ばらライド	ずくだしエコツアー
Theme	New Years Sunrise	Valentine Ride	Onsen Town Flower	Apricot Blossom Ride	Typhoon	Mother's Day Roses	Zukudashi Eco Tour
開催日	1月1日 (水)	2月14,15日 (金・土)	3月14日 (土)	4月4日 (土)	4月18日(土)	5月10日 (日)	6月6日 (土)
Date	1/01 Wedn	2/14&15 Fri/Sat	3/14 Sat	4/04 Sat	4/18 Sat.	5/10 Sun	6/10 Sat
開催時間	06:30-07:30	10:00-14:00	10:00-12:00	10:00-14:00	9:00-15:00	10:00-14:00	10:00-12:30
距離 km	4km, 中級 Moderate	12km, 初級 Beg.	4km, 初級 Beg.	27km, 中級Mod.	70km中Me	12km, 初級 Beg.	9km, 初球 Beg.
ルート	ずくだし→荒砥城 (往復)	坂城葡萄酒醸造 「Vino della Gatta SAKAKI」	温泉街ループ+ 戸倉キティーパーク	更級杏畑→森「日本一 あんずの里」	長野市 穂保地区	坂城バラ園 (千曲川自転車道経由)	カ石ループコース (ガイド付き)
Course	Zukudashi→Arato Fort (r.t.)	Sakaki Winery	Onsen Loop + Togura Tengu Park	Sarashina & Mori apricot orchards	Hoyasu, Nagano C.	Sakaki Rose Garden (Chikuma R. Bike Path)	Chikaraishi Loop Course (w/ guide)
備考	日の出は7:14	昼食@Vino della Gatta別途 要予約	節分草群の見学 See the 'Setsubunso'	帰りは宮坂峠も可 杏ソフト別途	台風19号 交流	子供連れ・ファミリー 大歓迎	青い目の解説を 楽しんで頂けます。 (田植えの時期)
Notes	Sunrise 7:14	https://sakaki.wine	flowers	Via Miyasaka Pass	Hagibis	Families welcome	
テーマ	冠着山の一周	滝シャワー	スカベンジャー	善光寺ライド	紅葉名所巡り	新そばヒルクライム	蔵町と大頭際
Theme	Circle the Mountain	Waterfall Shower	Scavenger	Zenkoji Ride	Autumn Leaf Ride	Fresh Soba Hill Climb	Old Town Festival
開催日	7月18日 (土)	8月10日(月・山の日)	8月1~21日	9月19日 (土)	10月31日 (土)	11月14日 (土)	12月13日 (日)
Date	7/18 Sat.	8/10 Mon.	8/1~21	9/19 Sat.	10/31 Sat	11/14 Sat	12/13 Sun
開催時間	09:00-14:00	13:00-15:00	自由	09:00-14:00	10:00-14:00	10:00-14:00	13:00-16:30
距離 km	41km, 上級 Adv.	14km, 中級Moderate	初級Beg.	60km, 中級Mod.	24km, 中級Mod.	35km, 上級 Adv.	20km, 初級 Beg.
ルート	48曲り→麻績→ 聖湖経由	77号・338号経由で 久露滝	温泉街 各箇所	千曲川自転車道 経由で	智識寺→長楽寺 →龍洞院	千曲川自転車道→ 大田原クラブハウス	稲荷山→武水分 神社
Course	Ride around Mt. Kamuriki via Hijiri Lk.	Routes 77 & 338 to Kuro Falls	Onsen Town	via Chikuma River Bike Path	Chishiki-ji→Choraku- ji→Ryuto-in	Chikuma River Bike Path→Otawara	Inariyama→Take- mizuwake Shrine
備考		冠着山一の鳥居から 約10分トレッキング	写真の所 を見つけて	2021年のご開帳!	千曲市の三大紅葉 スポット	昼食代別途	3時からの行列を 見学
Notes		10 min. trekking	シール貰う				