

Bikeability 自転車教室

自転車って、楽しい！



6月23日
9月22日
10月6日

イギリス生まれの自転車教室

生徒募集

ゲームや遊びを通じて、安全な路上走行の基本を学びます

要予約
各回限定10名
参加費無料

会場：皇居パレスサイド
時間：午前 10時～12時 午後 13時～15時
参加資格：自転車に乗れる小学2～4年生
主催：一般社団法人日本サイクルツーリズム推進協会
協力：一般財団法人自転車産業振興協会

お申込み・お問い合わせ
(裏面の必要記載事項をご参照し、お申込みください)
email: info@cycletourismjp.org

〜〜〜 Bikeabilityって何? 〜〜〜

イギリスで生まれた自転車教室で、年間2万人もの子どもたちが学んでいます。



- ★ 乗り方の基本を身につける
- ★ 安全に乗るためのスキルと考え方を学ぶ
- ★ 楽しく乗る

Bikeabilityとは、欧米で普及している自転車教育法で、遊びやゲームを通じて、楽しく自転車の基本的な乗り方を学び、子供たち自身の「気づき」を大切に、道路走行上必要な知識とスキルを身につける自転車教育プログラムです。

日本サイクルツーリズム推進協会(JCTA)は、140年以上の歴史を持つ英国のサイクリング協会“Cycling UK”と提携し、英国運輸省準拠の自転車教育プログラムを使った子供のための自転車教育を推進しています

<自転車教室での主な学習内容>

レベル1

ゲームや遊びを通じて、基本的な乗り方を学びます。

- ✓ 自転車に乗るための準備(服装や装備)
- ✓ 補助なしで、自転車の乗り降りをする
- ✓ ふらつかずにスタート、ペダリング、ストップができるようになる
- ✓ ギアを使う、障害物をよける
- ✓ 後方を含め、ふらつかずに回りを確認する
- ✓ 道路上の他の歩行者、自転車、車と同じ道路を共有しているという考えを身につける など

レベル2

自信をもって路上を走行できるようになるためのスキルを学びます。

- ✓ 路上を走るための準備
- ✓ 路上で、自転車を漕ぎ出し、終了するまでのスキルを学ぶ
- ✓ 路上の障害物を認識する
- ✓ 自分が何をこれからしようとしているのか、手信号などを使い、道路上の他の歩行者や車に伝える
- ✓ 道路上のどの場所を走るか学ぶ
- ✓ 駐車している車の横などを通り抜けるなど

お申込みの方法：以下を記載し、info@cycletourismjp.orgまでお申し込みください。

- ①お申込者氏名：
- ②参加するお子さんの氏名：
- ③お子さんの年齢：
- ④お子さんの身長：
- ⑤参加希望日：
6/23 午前 午後、9/22 午前 午後、10/6 午前 午後
- ⑥レンタル自転車を希望する(無料)/希望しない
- ⑦緊急連絡先：



JCTAはインストラクター養成と子供の自転車教育を実施しています。お問い合わせは、以下まで
日本サイクルツーリズム推進協会 東京都渋谷区神泉町12-5-601
info@cycletourismjp.org 090-3535-4491

会場へのアクセス
地下鉄千代田線「二重橋前」駅2番出口から徒歩約3分
JR「東京」駅丸の内側から徒歩約15分
自転車乗り方教室の北側(奥)に受付があります