

サイクリングリーダー の皆様へ

ツールド国東サイクリングリーダー 実行担当 矢野・南

はじめに

ツールド国東では 昨今の自転車愛好者の増加にともない、集団走行を安全に行う方法を習得してない方や無理な走りで 危険な走行が見うけられ、落車・転倒・車との接触事故が増加しております。

そのため、一昨年より、参加の皆さんの中から 安全走行に経験豊富な サイクリングリーダーの模範的な走行・指導(積極的な声かけと ハンドサインを行うこと)をお願いし、一定の成果をあげることができました。本年も活動を継続いたしますので、よろしく ご協力 お願いいたします。

当日・前日、通常受付後 サイクリングリーダー受付にて リーダー表示・薄謝を お受けとってください。特に事前ミーティング、走行練習は予定しておりませんが、ご質問等は公式掲示板、サイクリングリーダー担当へいただけると幸いです。

1、指導の概要

走行練習・ツーリング・自転車通勤など 日ごろの安全運転の経験を生かして、集団の中で模範となり、ハンドサインや声かけで 周りの参加者を 安全な走行へ導くようお願いいたします。もし危険な走行 を見つけた場合は 危険であることを声かけで伝えてください。(相手を停止させたり、しつこく 注意はしないでください。「蛇行しないで! 」とかその場で 大きな声で 簡単に声かけしていただければ十分です。詳細は 4、具体的な行動内容 を参照ください)

なお 声かけ・ハンドサイン等を行った結果について、責任を問うことはありません。また レースにおける審判による走行中止命令のような 強制力のある権限はありません。あくまで同じ自転車仲間として、率先して声かけ・ハンドサインを行う立場です。

2、サイクリングリーダーとして走行上の制限・・ありません。

今回は サイクリングリーダーとして 担当グループ、走行場所の指定はありません、従来どおり、好きな速度で 好きな仲間と走る中で 指導くだされば結構です。先頭を走れとか 真中にいろとか このグループの面倒をみろということはありません。安全に注意し、積極的に声かけする と思っていただければ結構です。

3、サイクリングリーダーの表示と装備のお願い

リーダー受付でお渡しする表示を装着し走行してください。なお 大会コースはトンネルが多く、暗いため、集団落車のリスクを防止するため 明るい前照灯(ヘッドライト)、点滅式テールライトを 必ず装備 お願い致します。

4、具体的な行動内容

かなりの 大集団ですし、初心者も多いので、「ハンドサイン も大きく長め」
「大きな声で 早めの 声かけ」で安全走行へ導いてあげてください。

- ・スタートは 密集しますので、急ブレーキ厳禁、左右走行位置の維持が大事。
特に初心者は 何かあると びっくりし 急ブレーキ・急に左右に動きます。
「減速～」 「前 詰まります～」 「急ブレーキ ダメ～」 「急に動かない」
「後ろも気をつけて～」など一歩先の状況を見ながら うまく声かけください。

・減速時

(どちらかの手を斜め下へ 手のひらは後ろ向きで後方を制止する感じ)
「ブレーキ！」 「詰まるよ～」など (大きく手のひらを下向きにし上下でも
早めに 声かけ をお願いします。..ハンドサインだけでは大集団なので
伝わりません。

・蛇行・斜行の指導

「蛇行しない 」 「蛇行 危ない！」 「進路変更 後ろ見て 声かけして！」。
など、特にスタート時、オレンジロード、安岐ダム、チシャノキ峠、Bの走水峠
など急な上りで ふらつく初心者が多いです。

・信号の遵守 (誘導のない場所では信号に従ってください。)

「信号～」と声をかけ 集団ですので 停止減速時は必ず声をかけて..
できれば手前から「信号注意～！」と声をかける。
信号無視 発見の場合、「信号 赤～」について いかないこと
特に 昼食後の国道213号で信号無視が多数見受けられます。

・右折左折時

(右手・または左手を水平に 指差しもわかりやすい) 「右折 「左折 」

・山間部の段差

「段差～！」と声かけ

トンネル出口の段差、下りヘアピンカーブには 必ず段差があり 落車が
多数あります。(特にオレンジロード)

・トンネルでのライト点灯

「ライトつけてー」...オレンジロード、食事地点前後の国道213号に多い。
上りがあったらその先にトンネルがあるつもりで、事前に点灯ください。
テールライトは走行中つけっぱなしが操作しなくて安全です。

・車は追い越させてやる

後方から車が来る場合、追い越しさせるよう 「車～」 「左に寄って」
「車 行かせて～」など
後方に車がついて、抜けないで待ってることがあります。譲って先に
行かせてください。

・追い抜き時の声かけ

後方、車の有無を確認後「右抜きます」

特に国道213号にでてからは、A,B,C各コースがそれぞれの速度のグループで走行することになります。早いグループが遅いグループを抜くとき、かならず声をかけてください。また後方から車が追い抜こうとしてないか注意をお願いします。

・事故・トラブル対応

サイクリングリーダーの方にやっていただく 必要はありませんがお気づきの点があった場合は 本部へご連絡ください

。

大会本部 0978-63-2696

(事故・トラブルの内容、参加者のナンバー、だいたいの場所をご連絡ください。)

なおご存知かと思いますが 本年もインターネット上にブログでコース詳細、走行上の注意の記載し、掲示板でも最新情報や質問の回答をしております。

・ブログ

TOUR DE KUNISAKI 2012

<http://blog.goo.ne.jp/tourdekunisaki>

→ 特に 安全に楽しく走るには の項を一読ください

・ツールドくにさき 2012掲示板

http://www.mishinon3.com/cgi-in/sr3_bbss1/sr3_bbss.cgi?cat=333kunisaki

・Twitterハッシュタグ #tdkuni