

自転車長距離走ミーティング Tokyo



2018年2月18日(日)

12:00～17:00

入場無料
事前申し込み制

主催 センチュリーランを走る会
www.daiou.org/

全国の自転車長距離走【ロングライド】愛好者が、一堂に会するミーティングです。ロングライド隆盛とともに、今年で 23 回目。始めてみたい方、もっと楽しみたい方、大会主催者さんや自転車/観光業界の方もぜひ会場へ。情報収集、交流、大会/事業紹介のチャンス。御来場お待ちしております！

↓ 講師 形本静夫先生



↓ 各地大会や旅の情報がずらり



↓ 講師や資格達成者を囲んで。



↓ 資格達成表彰 おめでとう！



- 対象 ・当会会員、そのご家族、お友達、お知り合い
・ロングライドが大好きな方、楽しそうだからと始めたい方
・全国の大会主催者、自転車製造/販売/普及の業界の方
・ロングライドを扱うスクール・ガイド、旅行保険ホテル、メディアの方

- 会場 モンベル 御徒町店 4階サロン (東京都台東区上野 3-22-6)

- 内容

当会の年次総会	10:00 から (会員限定)
---------	-----------------

日本百哩走大王ランキングの資格取得者表彰、ほか

記念講演	12:30 開場、13:00 開演 14:45 まで (ここから一般公開)
------	---------------------------------------

スポーツサイクリングを「科学」する～快適・安全に健康を手に入れよう～

講師: 順天堂大学名誉教授・日本健康体力栄養学会会長 形本静夫 先生

長距離サイクリングは代表的な有酸素運動の1つで、その生理学的効果は、ランニングや歩行と比較して、なんら遜色ない。本講演では、科学的かつ健康的なサイクリングライフの確立の立場から、これまでに公表されているエビデンスをもとにサイクリング運動の生理・生化学的特徴についてまとめてみたい。

※略歴 北海道出身、70歳。東京教育大院。運動生理学・博士(医学)。順天堂大学自転車競技部監督、日本自転車競技連盟医科学部会会長を歴任。57歳から自転車に乗り始め、各種イベントに参加し今日に至る。佐渡ロングライドや沖縄本島1周にも参加！

ミーティング	15:00 から 16:30 まで (プレゼン歓迎します！)
--------	--------------------------------

- ・プレゼン; 駐在帰り会員による「米国のロングライド事情」
各地の大会主催者さんによる「イベント紹介、完走マル秘情報」
事業者さんから「ロングライド好適製品」や「サービス」の紹介
- ・コーヒープレイク; 愛好者の皆さんの交流、走り方ノウハウの交換

交流パーティー	17:30～ 近隣の飲食店で楽しく 先着 40人 ※会費制
---------	-------------------------------

- 締切 2月16日(金) 80人まで先着順 ※入場無料
- 参加申込/問合せ 「お名前」「所属」「連絡先メール」「発表・PRの有無」「パーティー参加の有無」をお知らせください。

☞ センチュリーランを走る会 メール daiou160km@nifty.com

日本百哩走大王ランキングとは？

- 趣 旨**
- JAPAN オリジナルの認定制度で、ロングライドを盛り上げる
 - 速い遅いに関係なく、日本百名山のように、数多く「完走」した人を賞賛する
 - 全国各地には魅力的な大会が 120 大会もある。参加するきっかけづくりになる
 - 主催者や地元の「お・も・て・な・し」を楽しみに、よき参加者として愉快地走る

- 主 催**
- センチュリーランを走る会(愛称;自転車百哩走大王)

- 対象者**
- 当会の会員

- 対象大会**
- 舗装路において、日中に行われる、センチュリーライド、サイクルマラソン、グランフォンド等で、次のルールのもとに行われるイベント

- ・交通ルールを守る
- ・タイム計測がない(ほうが望ましい)
- ・一本道、往復、八の字のコースを設定している
- ・制限時間内の完走者は、等しく栄誉を授与される
- ・他の参加者は、ともに完走を目指す「仲間」である
- ・自転車雑誌のイベントガイド欄で、行事を告知している
- ・部門分けは「脚力」「年齢」「男女」ではなく、「距離」による
- ・歴史ある街道をたどる、半島を1周するなど、コースにストーリー性がある
- ・参加者が、個々バラバラのペースで走る(自分の力を信じ単独走でゴールへ)
- ・朝スタートして、日中に走り、夕方にゴールする(美しい景色を見ながら走る)



- 基準は**
- **百哩走大王** = 1日に 120km 以上走る大会を12大会完走で達成 我が国で 98人
(※たくさん完走した人はすごい！ = 1日に 120km 以上走る大会の完走1回を1ポイント、1日に60~120km 走る大会だと0.5ポイント)

- | | | | |
|-----------------------|---------------|------|---|
| 百哩走帝王 = 完走回数通算 | 50ポイント獲得で達成 | 我が国で | 36人 |
| 皇帝 = | 100ポイント獲得で達成 | 同 | 13人 |
| 大帝 = | 160ポイント 獲得で達成 | 同 | 1人 |
- (※大帝は年 10 大会完走で 16 年を要する超絶難関資格！)

- お相撲でいうところの三賞として、該当大会を完走すると獲得
 - 日本3大湖賞** = インターナショナルオホーツクサイクリング(サロマ湖)、霞ヶ浦1周、びわ湖1周の3大会完走者 我が国で 18人
 - 東西南北賞** = 知床センチュリーライド(またはセンチュリーラン網走)、利尻島1周、天草四郎ライド、アースライド石垣(またはツールド宮古島)の4大会完走者 我が国で 5人
 - ダブルツール賞** = ツールドおきなわ本島1周、ツールドのと3日間の2大会完走者 我が国で 33人
 - 金さん銀さん賞** = 石見グランフォンドと佐渡ロングライド 210の2大会完走者 我が国で 24人

- 伊能忠敬や松尾芭蕉のように、全国を股に掛けて
 - 伊能忠敬賞** = イベント開催地で見ても 42 以上の都道府県で完走 我が国で 2人
 - 松尾芭蕉** = 同 21 以上の都道府県で完走 同 17人

- 表彰は**
- 自転車長距離走ミーティングの中で「表彰」する
 - 達成証と記念の「トロフィー」を授与する
 - クラブジャージに付ける「各賞達成のワッペン」を授与する

- ランキング表は**
- 年 2 回、番付表と称して、「東」「西」に分かれた「ランキング」を発表する
 - 当会のホームページに掲載し、栄誉を広く公開・周知する