

ラインナップ

4種10モデルからレンタル可能。
e-bikeはオン・オフロードを
走行できるMTBタイプをストック。
目的に応じてご相談ください。

	MIYATA ITAL SPORT			
	SCULTURA DISC 200			
	SCULTURA 410			
MIYATA RIDGE-RUNNER	SCULTURA 100	CROSSWAY 110		
MERIDA e-BIG SEVEN600	MERIDA SILEX 200	CROSSWAY 100	MERIDA BIG SEVEN 20MD	
				
				バイク乗り換えOKプラン
2時間	¥ 2,500	¥2,000		¥ 3,000
4時間	¥ 4,000	¥3,000		¥ 4,500
7時間	¥ 5,500	¥4,000		¥ 6,000
1泊2日	¥ 8,500	¥6,000		¥10,000
2泊3日	¥12,500	¥9,000		¥14,000

※貸出・返却可能時間内のご利用となります。

(消費税込み)

料金

利用時間に合わせて選べる
5段階のプランです。
複数のバイクを試乗できる
《バイク乗り換えOKプラン》もおすすです。

✉ info@wellspo.jp

☎050・5362・4859

受付時間 平日9:00~17:00 土日祝休

予約・申込み

ご利用日7日前までにお申込みください。

鴨川市総合運動施設 文化体育館
ウェルネススポーツ鴨川事務所

千葉県鴨川市太尾866-1
☎050・5362・4859

(貸出・返却時間)
貸出/9:00~15:00
返却/9:00~17:00



貸出・返却場所

貸出・返却場所までは
自家用車・公共交通機関をご利用ください。
お申込みの際に貸出・返却時間をご予約ください。



里山・里海サイクル

どこまでも広がる、青く透明な太平洋を見渡す里海。
季節ごとに、いきいきとした緑や黄金色に表情を変える里山。
鴨川の色彩豊かな自然を、もっと身近に、もっと健康的に。
さあ、スポーツサイクルの旅へ出かけよう。

Health benefits

サイクリングは、ウォーキングやランニングと同じ有酸素運動。ペダルをこく動きで下半身を使うだけでなく、下半身の動きを受け止めて上半身の姿勢をキープするため、全身を効果的に鍛えられます。下半身の大きい筋肉を使うことで、糖質や脂肪が効率良く燃焼され、ダイエットにも貢献。足首やひざ、腰などへの負担が少ないため長時間続けられるほか、心肺機能にも良い影響があるといわれています。

Photo:Tsubasa Muroi
Desing:Nobutaka Ito
Cooperation:Koichi Ono
Edit:Ryoko Hashizume





スポーツバイク初心者
Road bikeとMountain bike、2つのタイプを掛け合わせたCross bike。スピードに乗りやすく、長距離でも負担なく走れる細かいギアチェンジが可能。乗り心地がシティサイクルに似ているため街乗りにも、基本の自転車の運動効果である下半身の鍛錬に。



オフロードにトライしたい
舗装されていない山道や林道を走するために作られたMountain bikeは、滑り止めの凹凸やスパイクが付いた太いタイヤが特徴。車体に安定感がある、道の起伏や状態によっては、下半身で受け止めきれない衝撃を体幹でカバーするため全身運動に。

里山へ里海へ GO RIDE



景色をゆったり楽しみたい
電動アシストシステムが付属するe-bike。街乗りの電動アシスト自転車とは違い、スポーツタイプは、操作テンポのズレがなく、快適に乗りこなせる。電動アシストが、登り坂で威力を発揮。平坦な道走ると同じ感覚で走れ、坂道の多いコースでも負荷が少ない。



長距離を走りたい&スピードを感じたい
スポーツバイクの中で最も早く走れるRoad bike。前方に湾曲したドロップハンドルがスピードを出すときの前傾姿勢を支える。走行中の抵抗を少なくするため、タイヤが細く車体が軽い。走行中の前傾姿勢は、背筋や二の腕など上半身の筋力が鍛えられる。



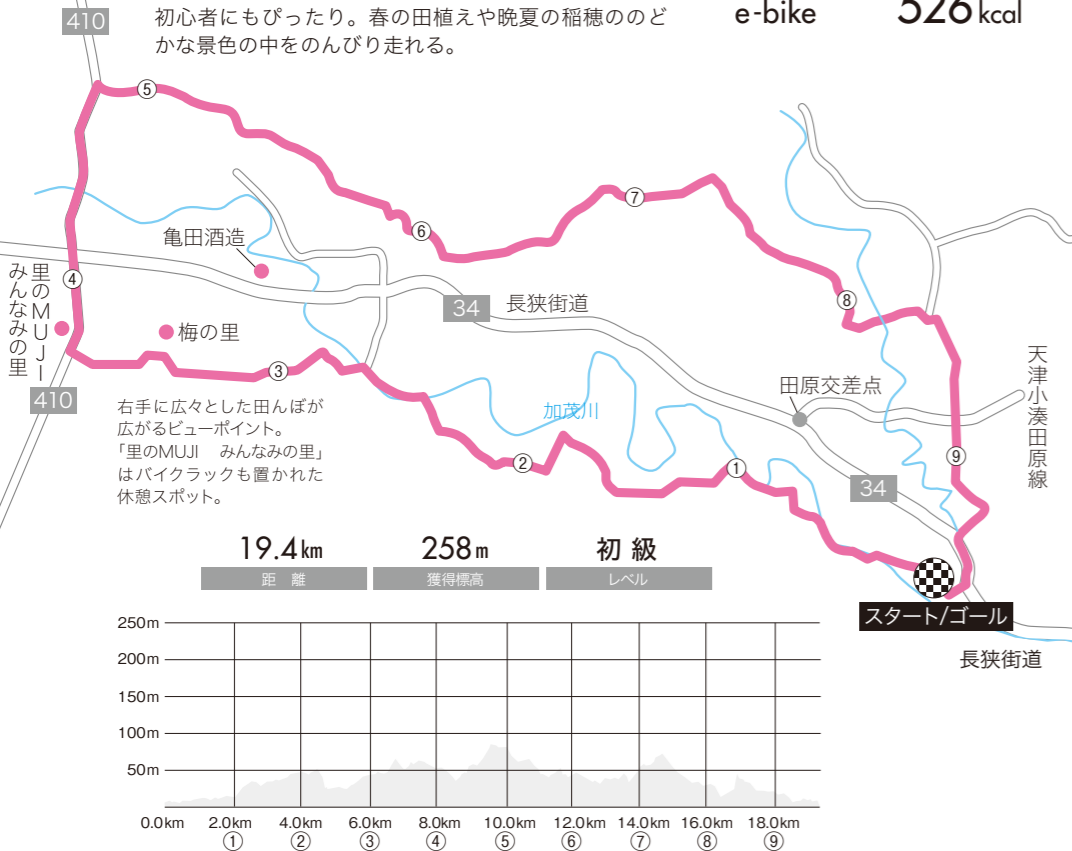
里山コース

鴨川市総合運動施設 ▶ 梅の里 ▶ みんなの里 ▶ 鴨川市総合運動施設

長狭米の産地でもある長狭平野の田園を巡るコース。起伏が少ないならかな道のは、スポーツバイク初心者にもぴったり。春の田植えや晩夏の稲穂ののどかな景色の中をのんびり走れる。

消費カロリー

sports bike 520kcal
e-bike 526kcal



※消費カロリーは走行テストで計測しています。速度など諸条件により数値は変化します。 ※里山・里海コースと、写真口ケは異なります。