

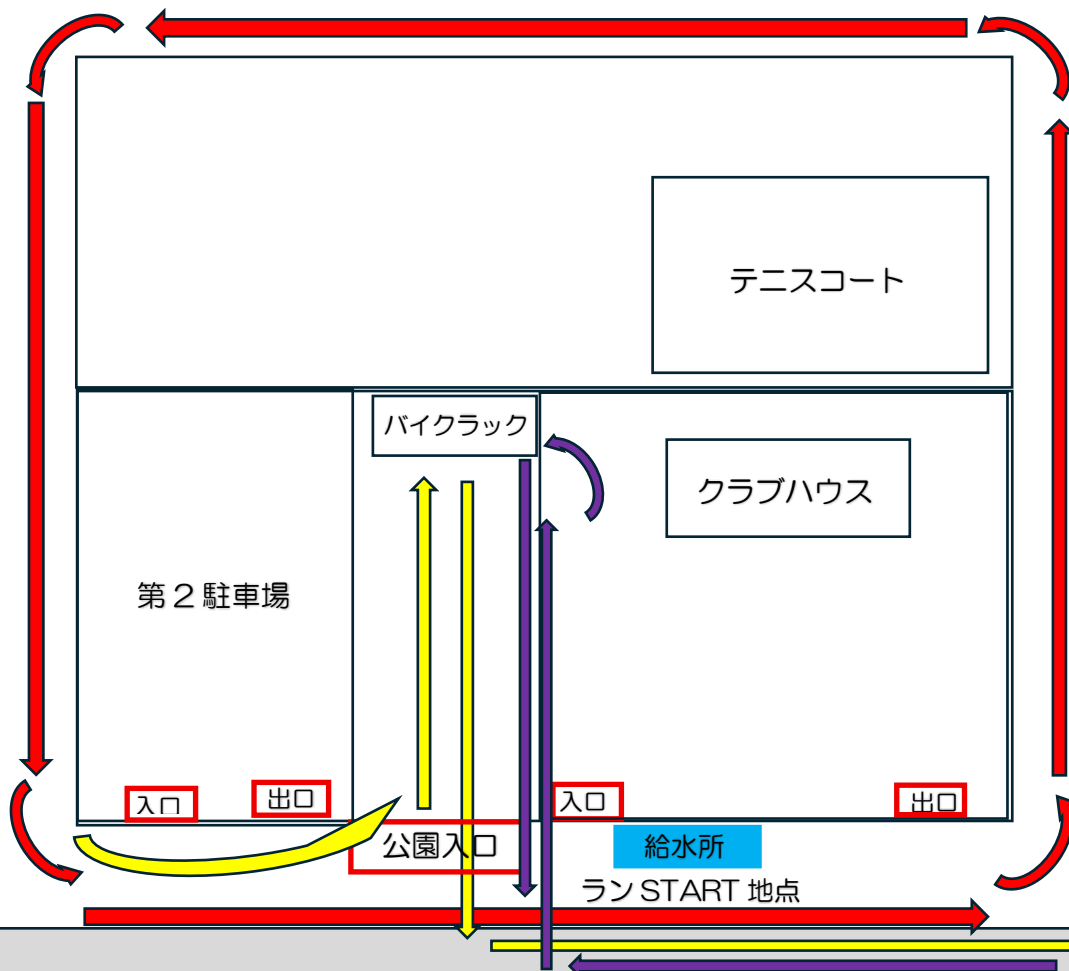
参加者へ体験の流れ

8 時 00 分～	受付開始 受付後、バイクのセッティング ランの準備も含む
8 時 25 分	開講式
8 時 30 分	ウォーミングアップ、バイク・ランの準備最終確認
8 時 45 分～	ラン START 45 分間 公園外周
9 時 30 分	ラン終了 バイク準備（水分補給・トイレ等）
9 時 40 分～	バイク START 中川サイクリングロード
9 時 50 分～	中川サイクリングロード到着 60 分間
10 時 50 分	バイク終了 そうか公園へ移動
11 時 00 分	そうか公園到着 ラン準備（トイレ・水分補給）
11 時 10 分	ラン START 30 分間 公園外周
11 時 40 分	ラン終了 片付け

第3駐車場

さくら並木

東埼玉道路



そうか公園通り

中川サイクリングロードへ



ランコース



バイクコース



ランからバイクへ



バイクからランへ