LOCAL FITNESS × kabutonomori teracce かぶとの森テラス CAMP FIELD

MACHIET

インストラクターと行く「亀山周遊 E-bike ライド」

2024 10/21 mon.

●開催日時
2024 年 10 月 21 日（月）
午前 9 時 30 分～午後 2 時 00 分頃
※最初に 15 分ほど E-bike の操作方法などのレクチャーを行います。
※イベント開始の 10 分前までにフロントにて受付をしてください。
※ご参加者のみなさんの体力や道路交通状況によってお時間は多少前後します。

●開催場所
かぶとの森テラス内スタート
東海道関宿付近、亀山公園

●参加費用
2,500 円（税込 / お一人様 / インストラクターフィー・保険料込）
※お買い物や昼食代などは各自でご持参ください。
※E-bike のレンタル台数は上限 5 台ですが、グループでのご参加で E-bike を借りずにご自身でバイク（ロードバイクまたはクロスバイク、E-bike）を持ち込みをご希望される場合はご相談ください。

●持ち物
動きやすい服装 / 手袋（できれば自転車用グローブ）/ サングラス / 汗をかいても乾きやすいインナー（ヒートテックは不可）/ サングラス / ペットボトルなど携帯しやすい飲料 / リュックまたはボディバック（買い物したスイーツや飲料を入れるため）/ お金（買い物用に数千円）/ 防寒アウターウェア / カイロ / ネックウォーマー / 耳当て /
※ヘルメットはかぶとの森テラスで用意させていただきます。

●参加資格・条件
・高校生以上

●定員
5 名（先着順）
※定員に達した場合はキャンセル待ちとなります。

●ご予約方法
保険加入の都合上、2024 年 10 月 16 日（水）までにお申し込みください。
お電話またはメールにてお申し込ください。
ご宿泊の方以外でもご予約を承らせていただきます。
※当イベントは保険加入の都合上、事前予約制となります。
（1）「MACHIET」LINE 公式アカウントからのお申し込み
（2）お電話またはメールでのお申し込み
電話 : 0595-98-0605
メール : info@kabutonomoricom
参加される方の「お名前」「年齢」「性別」「ご住所」「当時繋がる電話番号」「身長」をお電話でお伝えいただくか、メールにて送信してください。

MACHIET 公式アカウント

●インストラクタープロフィール

井早 アキラ（三重県津市出身）

本橋恵美 体幹トレーニング養成コース（ 32h）修了
NEWTON 公認ランニングインストラクター
JOPH 認定ダイエットアドバイザー

三重県津市出身、京都在住。平日は WEB デザイン制作会社の社長兼デザイナーとして仕事するかたわら、京都の Outdoor Fitness& Studio「Nadi Kitayama」にてロードバイク、ランニング、体幹トレーニングレッスンなどのクラスインストラクターとして活躍。
他、ランニングなどのパーソナルレッスンの
他、企業での体幹に関する講演会、イベントでの単発レッスン、フィットネス関連事業のコンサルティング・プロデュースなども行う。
（instagram アカウント : COREDIETJAPAN）