

マウンテンバイクトライアル

時間	1~2時間	対象	小学5年生以上
人数	50人	経費	0円

- ・ 自然や景色を生かしたコースを走破することで、達成感や満足感、スピードによる爽快感を体験することができます。
- ・ 危険予知に対する意識を高めることができます。

高まりが期待できる 非認知能力

自主性、判断力・行動力、問題解決力

団体で準備する物

- ・ 損害賠償保険等の加入状況確認(適用保険がない場合、実施不可)
- ・ 野外活動に適した服装(長袖・長ズボン)、帽子、水筒、タオル 等
- ・ グループ編成(推奨:1グループ4~6人)

センターで準備する物

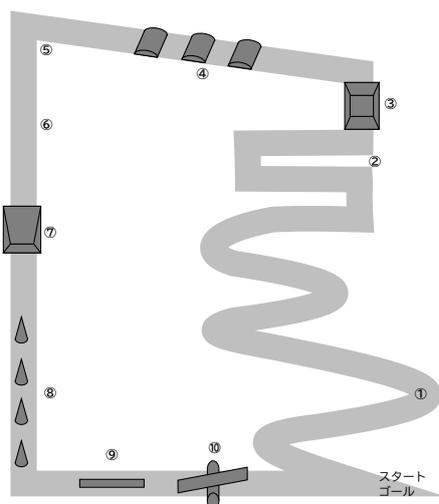
マウンテンバイク、ヘルメット、コース図 等

活動の内容

□ マウンテンバイクトライアルとサイクリングの2コースを選択し、安全に気を付け、走行する活動です。

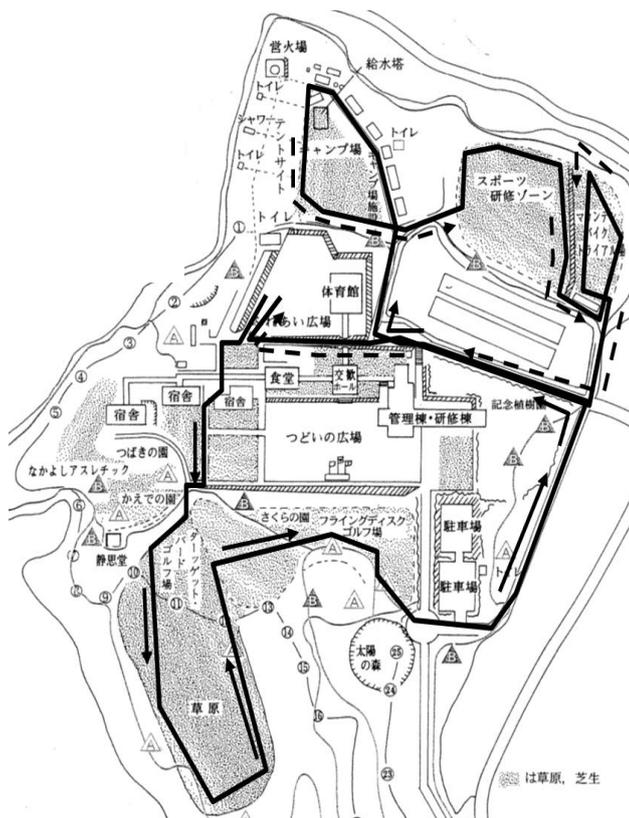
[マウンテンバイクトライアル]

- ① S字
- ② クランク
- ③ 山越え(高さ 60 cm)
- ④ ギャップ(高さ 30 cm、幅2m)
- ⑤ ヘアピンカーブ
- ⑥ ストレート(長さ 40m)
- ⑦ ジャンプ(高さ 40 cm)
- ⑧ スラローム(2m間隔)
- ⑨ 一本橋(長さ3m、幅 30 cm)
- ⑩ シーソー



[サイクリング]

全長:約3km
高低差:約80m



[その他]

- ・ 有害動植物(ハチ、マダニ、毒蛇、虫、ハゼの木等)に注意しましょう。
- ・ お互いに声をかけ合って、水分補給等の熱中症対策を行ってください。