



寒さ忘れる ワクワクの一日

# “BMX Winter レッスン” 開催

開催日／2020年12月13日（日）・2021年2月14日（日）

国営ひたち海浜公園では、BMX初心者向けの体験教室「BMX Winterレッスン」を開催します。茨城県BMX協会公認の指導員が基礎から丁寧に指導し、専用自転車や防具のレンタルは無料。BMXならではの起伏やカーブを走るための基本技術を学び、実際にコースを走行します。屋外でのスポーツ体験に、子供たちの笑顔があふれます。



イベント開催の様子（2020年8月2日撮影）

## ◆基礎からコースデビューまで

当イベントは「基礎講座」と「コース走行」の2部構成で実施。基礎講座では、芝生の平地でBMXの基本となる立ちこぎやターンの仕方などを練習します。コース走行では、実際に走るコースの特徴を歩いて確認した後に、少しずつコースを区切りながらBMXに乗車して練習。走行中の体重移動など、体の使い方を学び、レッスンの最後には、スタートからゴールまで通しでのタイムトライアル走行を行います。

<BMX Winterレッスン>

- 開催日／2020年12月13日(日)・2021年2月14日(日) 11:00～14:30 ※雨天中止
- 場所／BMXコース サブトラック ■対象／小学生以上 ※長袖、長ズボン、スニーカー着用
- 定員／各日12名 ※事前申込 ■参加費／無料 ■協力／茨城県BMX協会

※当公園では、イベント参加時における新型コロナウイルス感染症対策を行っています。詳細は公園HPのイベントページをご確認ください。 ※12月13日(日)の受付は定員に達しました。



基礎講座の様子（2020年8月2日撮影）

## ◆子供から大人まで楽しめる BMX

大小様々な起伏“ジャンプ”や、すり鉢状のカーブ“バーム”などのある特徴的なコース上を専用自転車で駆け抜ける、アメリカ生まれの競技“BMX”。補助なし自転車に乗れるようになった小さな子供から大人まで、幅広い年齢層で楽しまれています。本公園には、上級者向けの「メイントラック」と一般向けの「サブトラック」を備えたBMXコースがあり、初心者から上級者までご利用いただけます。



コース走行の様子（2020年8月2日撮影）

### Information

来週より、チューリップの球根の植え付けが始まる予定です。

公園公式SNSもご覧ください



お問い合わせ 国営ひたち海浜公園 ひたち公園管理センター 広報係 尾澤・星

TEL:029-265-9001 FAX:029-265-9339

〒312-0012 茨城県ひたちなか市馬渡字大沼 605-4 <https://hitachikaihin.jp>