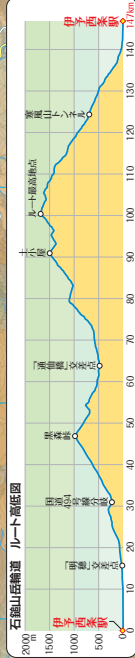


石鎮山 轉道



サイクリングのマナー

- 自転車は車道の左側を走るのが原則
- 歩道は歩行者優先、自転車は通行
- 交通ルールを守る
- 常時ライトを点灯
- ヘルメットを着用
- 「シェア・ザ・ロード」の精神で安全に！*

スマホアプリで気軽に情報
愛媛マルゴト自転車道
 参加型サイクリングサイト
 特設サイトに専用アプリ「e-bicycle」を2度印刷
 して、スマートフォンで専用アプリをダウンロード
 して、特設サイトにアクセスすると専用アプリが
 自動的にダウンロードされる。
<https://ehime-cycling.jp>
 愛媛マルゴト自転車道専用アプリをダウンロード
 専用アプリで自分の自転車の
 位置をリアルタイムで共有
 仲間と楽しくサイクリング

サイクリングに必要な持ち物

- ☐ お金(小銭)
- ☐ 携帯電話
- ☐ 補給食・飲み物
- ☐ 携帯用空気入れ
- ☐ 予備チューブ
- ☐ 保険証(あれば)

できるだけ
Check!

山元サイクリストからのアドバイス
地元での水分解・シンガー・マシンの準備は多めに

[illegible]