



レースは、
つくるところから始まる。

九州クロス公式練習会

— 2026-2027 SEASON —

公式練習会①

10.3
土



大会をつくり、
シクロを知る一日

公式練習会②

10.17
土



レース本番を想定した
実践トレーニング

第1戦

芦屋ステージ

11.29
日



第2戦

唐津ステージ

2027
1.10
日



※日程・会場は変更となる場合があります。

公式練習会 参加者募集中!

公式練習会① 10.3

コース設営体験から
シクロの基本まで!
みんなでコースをつくり、
九州クロスを育てよう!



公式練習会② 10.17

シクロの基本や課題別練習、
模擬レースで
レベルアップ!
レース本番をイメージしよう!



コース設営体験



シクロの基本



課題別練習
模擬レース



みんなで交流



大会運営体験

※練習会では公園の半分をお借りして開催します。

公式練習会へのお申し込みは、こちらから!



最新情報は
Instagramで!

大会情報・エントリー・パートナー募集・
ボランティア募集など、すべてInstagramで
ご案内しています。フォローお願いします!



公式練習会の1日の流れ (共通イメージ)

8:00



受付・集合

受付を済ませて、
1日の流れを確認します。



8:15



コース設営

みんなでコースをつくれます。
大会を支える大切な時間です。



9:30~12:00



シクロの基本

・基本姿勢 ・ブレーキング
・コーナリング ・乗り降り など
シクロクロスの基本を学びます。



12:00~13:00



みんなで昼食&交流タイム

持ち寄った昼食を囲んで、
情報交換や交流を
楽しみましょう!



13:00~15:00



課題別練習・模擬レース

・コーナリング ・加減速のコツ
・ライン取り ・模擬レース など
レベルに合わせた実践練習を行います。



15:00~15:30



片付け

みんなで協力して
コースを片付けます。



16:00



撤収・解散

お疲れさまでした!
解散となります。



公式練習会でできること!



コース設営
体験



シクロの基本



課題別練習
模擬レース



みんなで
交流



大会運営体験

参加費 (終日参加)

終日参加 **3,000円**

設営・撤収にご協力いただいた方は
1,500円キャッシュバック!

実質参加費 **1,500円**

※当日受付にて現金でお支払いください。

持ち物

- ・ヘルメット
- ・グローブ
- ・屋食
- ・着替え
- ・飲み物
- ・タオル
- ・空気入れ (あれば) など



自転車について

シクロクロスバイク以外でも参加可能!
マウンテンバイクや
グラベルバイクなどでもOK!

2026-2027 シーズン開幕!

第1戦 芦屋ステージ

2026

11.29
日

芦屋海浜公園 (福岡県芦屋町)

9月1日 エントリー開始予定!

第2戦 唐津ステージ

2027

1.10
日

佐賀県唐津市 西の浜海水浴場 (予定)

※大会・練習会の詳細やお申し込み方法は公式サイトにて順次ご案内します。