

— 湘南鵠沼海岸自転車部について —

湘南鵠沼海岸自転車部
対馬伸也

対馬伸也(つしましんや)？

医療システム営業職

退職

腰痛入院

2011年10月

ピラティスに
ハマる

運動へのめざめ

国内外トライアスロ
ン・自転車レースに
ハマる

スポーツツーリズム
への興味
(旅 + スポーツ)

対馬伸也(つしましんや)?



対馬伸也(つしましんや)？



対馬伸也(つしましんや)?



対馬伸也(つしましんや)？



対馬伸也(つしましんや)?



対馬伸也(つしましんや)?



対馬伸也(つしましんや)?



対馬伸也(つしましんや)？

医療システム営業職

退職

湘南鵠沼海岸
自転車部

運営開始

腰痛入院
2011年10月

ピラティスに
ハマる
運動へのめざめ

国内外トライアスロ
ン・自転車レースに
ハマる

スポーツツーリズム
への興味
(旅 + スポーツ)

湘南鵠沼海岸自転車部とは？

サイクリングクラブ形態（ぶかつ）

” 少人数催行 ” スポーツバイクツアー, レッスン事業



おとなの「部活動」

サードプレイス

湘南鵠沼海岸自転車部とは？

おもな活動エリア - 神奈川県

湘南エリア（藤沢市、茅ヶ崎市、平塚市、逗子葉山、三浦半島）

西湘エリア（大磯町、秦野市、小田原市、南足柄市、山北町等）

湘南鵠沼海岸自転車部とは？



Map data from (C)Open Street MAP

湘南鵠沼海岸自転車部

湘南鵠沼海岸自転車部とは？

お客さまからいただいた声(なぜ選んでくれたか)

- これからスポーツバイク(ロードバイク)を始めたい
- 大勢で走るのはこわい、ひとりで車道走るのはこわい
- 初心者向け教室、中級者向け教室をさがしてた
- ”ガチ勢” コミュニティ、練習会に敷居の高さを感じている
- 機材、能力(タイム、順位等)マウント嫌悪
- ソロ活動好き、だけど ”ゆるいつながり” もすき



湘南鵠沼海岸自転車部とは？

プログラム

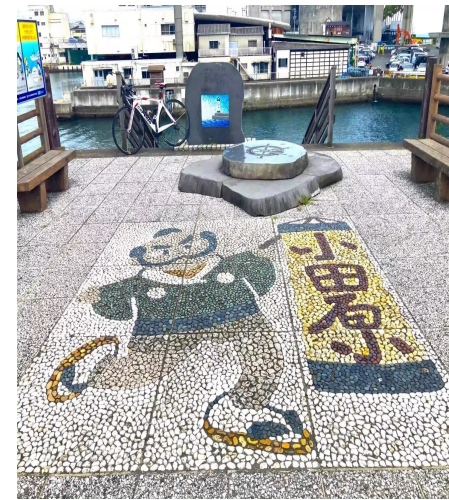
- 湘南歴史探訪ポタリング系
- ロング+ヒルクライム系
- ゆったりヒルクライム系
- レッスンプログラム系
- 地域事業者様との協業企画系

2025年 11月						
月	火	水	木	金	土	日
27	28	29 07:30 - 15:00 湘南大磯ポタリング 40km #2 -ダンシング 構築レッスン&古民家 カフェライド	30 07:15 - 16:30 激坂にチャレンジ 100km 箱根旧道七曲り と芦ノ湖	31 07:30 - 13:00 大野山ヒルクライムと ダウンヒル15km	1 07:00 - 17:00 箱根権ライン大観山ヒ ルクライムと芦ノ湖ポ タリング110km	2 08:00 - 15:30 湘南大磯ポタリング 40km #1 のぼりとく だりレッスン&古民家カ フェライド
3 08:00 - 16:00 湘南平塚里山ポタリン グとヤビツ峠ヒルクラ イム75km	4	5	6 07:30 - 16:30 足柄山ヒルクライムと 相模之國里山ポタリン グ90km	7 08:00 - 16:00 Almost MIUICHI - Miura Peninsula Loop 70km #3	8 07:15 - 16:30 宮ヶ瀬湖畔グルメと裏 ヤビツヒルクライム 100km	9 07:00 - 16:30 THE OLD HAKONE ROAD CLIMB & LAKE ASHI 110km
10	11	12 08:00 - 16:30 湘南大磯小田原漁港と 小田原城めぐり70km ポタリング	13 08:00 - 15:30 湘南大磯ポタリング 40km #1 のぼりとく だりレッスン&古民家カ フェライド	14 08:00 - 16:30 おだわら戦国自転車旅 60km 小田原城と石垣 山一夜城めぐり	15 07:30 - 16:30 ヤビツ峠と七国峠・遠 藤原のみち平塚八景自 転車旅70km	16 08:00 - 16:00 湘南平塚里山ポタリン グとヤビツ峠ヒルクラ イム75km
17	18	19 07:30 - 15:00 湘南大磯ポタリング 40km #2 -ダンシング 構築レッスン&古民家 カフェライド	20 07:15 - 16:30 激坂にチャレンジ 100km 箱根旧道七曲り と芦ノ湖	21 09:00 - 13:00 大野山ヒルクライムと ダウンヒル15km	22 07:00 - 17:00 箱根権ライン大観山ヒ ルクライムと芦ノ湖ポ タリング110km	23 07:30 - 16:30 足柄山ヒルクライムと 相模之國里山ポタリン グ90km
24 07:30 - 12:30 箱根大観山権ラインヒ ルクライムとダウンヒ ル 35km	25	26	27 08:00 - 16:30 湘南大磯小田原漁港と 小田原城めぐり70km ポタリング	28 09:00 - 16:30 湘南平塚ヒルクライム レッスン60km #3 石垣 山一夜城スイーツライ ド	29 08:00 - 16:00 大野山ヒルクライムと 古民家蕎麦95km	30 08:00 - 15:30 湘南大磯ポタリング 40km #1 のぼりとく だりレッスン&古民家カ フェライド

月間20本程度の定期開催スケジュール(スポットエントリー, サブスクリプション)

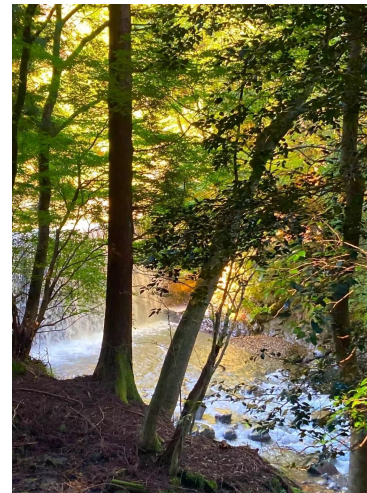
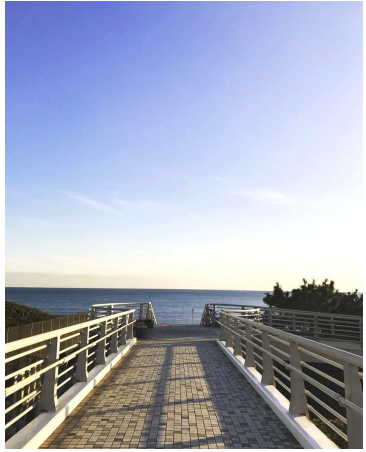
プログラム - 湘南歴史探訪ポタリング系 単価 11000 ~

おだわら戦国自転車旅60km 小田原城と石垣山一夜城めぐり



プログラム - ロング + ヒルクライム系 単価 11000 ~ 13000

宮ヶ瀬湖畔グルメと裏ヤビツヒルクライム 100km



プログラム - ゆったりヒルクライム系 単価 9000 ~ 10000

箱根旧道ヒルクライムチャレンジ 25km



プログラム - レッスンプログラム系 単価 13000 ~ 16000

湘南大磯ポタリング40km のぼりとくだりのレッスン



プログラム - レッスンプログラム系 単価 13000 ~ 16000

湘南大磯ポタリング40km #1 のぼりとくだりのレッスン



走行しながら自転車とジブンの中心軸・重心・路面変化を感じ取る練習からSTART▶



いいですね！👏

前荷重になるときは...！



後ろ側の脚だけで🚲をおしだすおしだす～

上死点と下死点

荷重と抜重



脚の重さだけで進む感覚を味わってみましょう！

Next Step

上死点キャッチ+上半身応用



荷重応用・脱力Switch～

プログラム - 地域事業者様と企画系 単価 20000 ~ 30000

湘南ブルーベリーサイクリングクラブSeason2

Blueberry Jam making experience × 湘南茅ヶ崎グルメ50km



プログラム - 地域事業者様と企画系 単価 20000 ~ 30000

湘南ブルーベリーサイクリングクラブSeason2

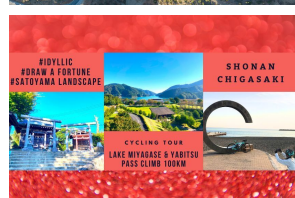
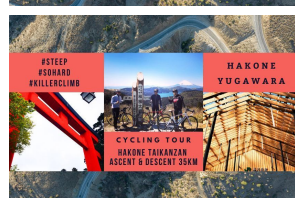
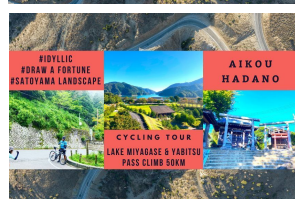
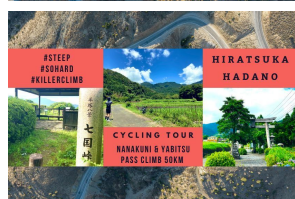
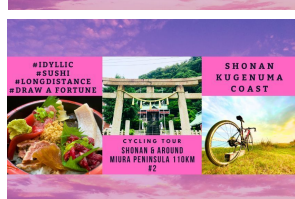
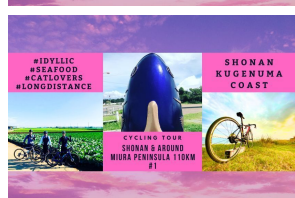
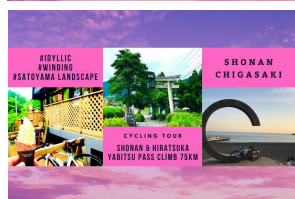
Blueberry Jam making experience × 湘南茅ヶ崎グルメ50km



【ライブ配信】湘南ブルーベリーサイクリングクラブ Season1 episode2 vol2 鳥居牧場編【アーカイブ】

湘南鵠沼沿岸自転車部とは？

レギュラーツアープログラム数・・・25 ～ 30以上



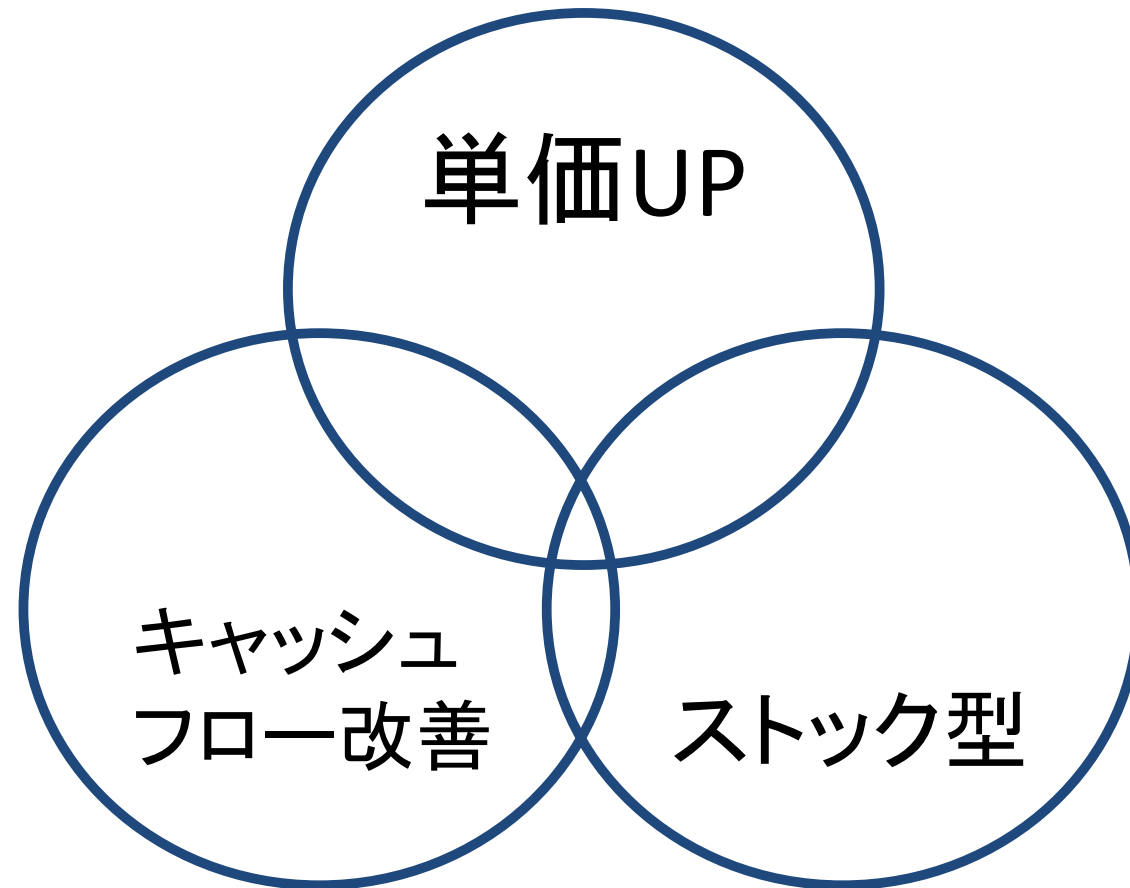
湘南鵠沼海岸自転車部

この先生きのこるために

いま取り組んでいる施策, 工夫について

この先生きのこるために

現在の取り組み



この先生きのこるために

単価UP施策 オプション商品拡張

- 駐車場手配 +1000
- 食事パック +3000
- スマホ断ち +1500
- 動画撮影 +6000
- ツアー貸切 +5000

Cycling tour > 湘南平塚ヒルクライムレッスン60km #3 石垣山一夜城スイーツライド



セール
湘南平塚ヒルクライム
レッスン60km #3
石垣山一夜城スイー
ツライド
~~¥16,000~~ ¥15,000 - ¥15,500

- 1 +

オプションを選択してください

一つお選びください ▼

トッピング選択		任意
☐	ツアー貸切	¥5,000
☐	日程振替オプション権	¥1,000
☐	駐車場手配	¥1,000
☐	スポット保険	¥1,000
☐	スマホ断ちオプション	¥1,500
☐	食事パック	¥3,000
☐	動画撮影サービス	¥6,000

カートに追加 ¥15,000

この先生きのこるために

単価UP施策 高単価商品バリエーション拡張

- レッスン系ツアー拡張 ¥13000~16000 / 人
- プライベートレッスン ¥22000~24000 / 人
- 複数回セットのレッスンPG ¥50000~ / 人
(個別最適化レッスン/ 2回)
- 地域事業者様企画系PGの拡張 ¥20000~ / 人



この先生きのこるために

お客様単価UP施策 稼働日あたり価格up

- 2名限定貸切ツアー ¥25000~ / 組
(湘南鵠沼海岸自転車部DUO)
- グループ貸切ツアー ¥33000~ / 組
(湘南サイクリング.com)

貸切プライベートツアー、承ります。

2名様限定、貸切プライベートツアーなら、「湘南鵠沼海岸自転車部DUO」がお得です。

リンク先のサイト（base）から、デジタルデータの購入をお願いいたします。決済確認後、担当者より日程確認のメールをお送りいたします。



3名様以上のグループなら、一律価格の「湘南サイクリング.com」がお得です。

リンク先のサイト（note）内のグーグルフォームリンクから、代表者様情報とご希望日程の送信をお願いいたします。



この先生きのこるために

キャッシュフロー改善施策 早期エントリー割引制度

Cycling tour > 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング50km 腰掛狛犬と藍莓の里



セール
湘南藤沢茅ヶ崎田園
ポタリング50km 腰掛
狛犬と藍莓の里
~~¥11,000~~ ¥10,000 - ¥10,500

- 1 +

オプションを選択してください

✓ 一つお選びください

- [2025.12.12] [早割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2025.12.24] [早割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2026.01.07] [特割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2026.01.23] [特割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里

- ☐ 日程振替オプション権 ¥1,000
- ☐ 駐車場手配 ¥1,000
- ☐ スポット保険 ¥1,000
- ☐ スマホ断ちオプション ¥1,500
- ☐ 食事パック ¥3,000
- ☐ 動画撮影サービス ¥6,000

カートに追加 ¥10,000

説明

へ



セール

湘南藤沢茅ヶ崎田園
ポタリング50km 腰掛
狛犬と藍莓の里

~~¥11,000~~ ¥10,000 - ¥10,500

- 1 +

オプションを選択してください

✓ 一つお選びください

- [2025.12.12] [早割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2025.12.24] [早割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2026.01.07] [特割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里
- [2026.01.23] [特割] 湘南藤沢茅ヶ崎田園ポタリング 50km 腰掛狛犬と藍莓の里

☐ 日程振替オプション権 ¥1,000

この先生きのこるために

ストック型ビジネス スポット型 + ストック型ビジネスの同時進行

サブスクリプション会員

● 土日会員 ¥13000 / 月

● フル会員 ¥19000 / 月

メンバー登録

メンバーはサイクリングツアーエントリー特典などを利用できます。
特典詳細はリンクからご確認ください。



SHONAN KUGENUMA KAIGAN
CYCLING CLUB

¥19,000

サブスクリプション会員

参加する

【サブスクリプション会員】サイクリングツアー・サブスクリプション

- 初心者向け平坦路中心コース、中級者向けの70～100km、ヒルクライム130km山岳コースまでさまざまなプログラム。
- レッスン系の講座つきサイクリング、ゆるぽた、グルメボタ、フィットネス、トレーニング。
- クラブ会員は当月内すべてのサイクリングプログラム(約20プログラム開催/月)にエントリーしほうだい。
- 最大6ヶ月の休止期間、会員期間中いつでもお客様の処理のみでサブスクキャンセルOK。
- マイクローツーリズム企画立案、開発過程、テストライドに自由参加
- 月2、3回の湘南サイクリングをあたらしい習慣にしてみませんか。

サービス詳細は[こちら](#)から



SHONAN KUGENUMA KAIGAN
CYCLING CLUB

¥13,000

サブスクリプション会員・土日会員

参加する

【サブスクリプション会員】サイクリングツアー・サブスクリプション

- 初心者向け平坦路中心コース、中級者向けの70～100km、ヒルクライム130km山岳コースまでさまざまなプログラム。
- レッスン系の講座つきサイクリング、ゆるぽた、グルメボタ、フィットネス、トレーニング。
- クラブ会員は当月内の土曜日、日曜日催行サイクリングプログラムにエントリーしほうだい。
- 最大6ヶ月の休止期間、会員期間中いつでもお客様の処理のみでサブスクキャンセルOK。
- 月2、3回の湘南サイクリングをあたらしい習慣にしてみませんか。

サービス詳細は[こちら](#)から

金	土	日
30 07:15 - 16:30 激坂にチャレンジ 100km 箱根旧道七曲りと戸ノ瀨	31 07:30 - 13:00 大野山ヒルクライムとダウンヒル15km	1 07:00 - 17:00 箱根橋ライン大観山ヒルクライムと戸ノ瀨ボタリング110km
6 07:30 - 16:30 足柄山ヒルクライムと相模之瀬里山ボタリング90km	7 08:00 - 16:00 Almost MIJICHII - Miura Peninsula Loop 70km #3	8 07:15 - 16:30 宮ヶ瀬湖群グルメと裏ヤビツヒルクライム100km
13 08:00 - 15:30 湘南大磯ボタリング40km #1 のぼりとくだりレッスン&古民家カフェライド	14 08:00 - 16:30 おだわら戦国自転車旅60km 小田原城と石垣山一夜城めぐり	15 07:30 - 16:30 箱根橋ライン大観山ヒルクライムと戸ノ瀨ボタリング70km
20 07:15 - 16:30 激坂にチャレンジ 100km 箱根旧道七曲りと戸ノ瀨	21 09:00 - 13:00 大野山ヒルクライムとダウンヒル15km	22 07:00 - 17:00 箱根橋ライン大観山ヒルクライムと戸ノ瀨ボタリング110km
27 08:00 - 16:30 湘南大磯小田原漁港と小田原城めぐり70kmボタリング	28 09:00 - 16:30 湘南平塚ヒルクライムレッスン60km #3 石垣山一夜城スイートライド	29 08:00 - 16:00 大野山ヒルクライムと古民家蕎麦95km
		30 08:00 - 15:30 湘南大磯ボタリング40km #1 のぼりとくだりレッスン&古民家カフェライド

Access(湘南鵠沼海岸自転車部)

[湘南鵠沼海岸自転車部](#)



[Instagram](#)



[YouTube](#)
[\(Cycling journey ch\)](#)



Access (Cycling Journey ch)

サイクリングツアー行こう部

Elementary Plan

Cycling journey Plan



サイクリングツアーつくろう部

Tour Creation Plan assoc.

Tour Creation Plan BP.



Access(つしましんや)

[Stand.FM\(音声配信\)](#)



[Instagram](#)



[X](#)



Contact - 各種ご相談、ご連絡先

[湘南鵠沼海岸自転車部](#)

[フォーム](#)

