

## おはようサイクリング 7.30 古代蓮の里 (行田市)

梅雨も明けて、湿度の低い夏らしい朝の到来です！

夏本番になり家族サービスに出かけたのか、何時もより集まったのは少なく22名（内女性3名）です。

五班に分かれて伊奈から見沼代用水沿いに「古代蓮の里」へ向かいます。この時期、水田に農業用水を大量に必要としますから流れは粗満水状態で流れていて気分的には涼めます。午前中は未だ路面が焼けていなくて楽ですが、午後、路面が焼けてくると、決して涼しくはないので、熱中症にはご注意ください。

古代蓮の里では、蓮の花を未だ楽しむことが出来ました。田んぼアートも稲の色がハッキリ出ていたので楽しめたようです。こちら初めて訪問の方もいて、目的地としては楽しんでいただけたのではないですかね。

さて、本日の延長戦はというと、妻沼聖天で聖天寿司を頂くようで速い班の方はそちらへ向かい、通常班の別動隊は、先の「さきたま古墳公園」から武蔵水路沿いに荒川に出て周回して戻るというルートを選択、予定通りに見沼代用水で戻ったのは最終班の5名で、帰還時間は荒川周回班が先に帰着でした。

夏の暑い時期は午前中のサイクリングで52km、これくらいが良いですね！もっと走りたい方は6時前から漕ぎ出せば、軽く100km越えて走れます。元気な方は、無理をしないで最善の方法で頑張ってください。



