

The logo for ROUVY, featuring the word "ROUVY" in a bold, white, sans-serif font. The letter "O" is stylized with a yellow swoosh that curves around its top and right sides. The logo is set against a dark purple rectangular background.

設定・参加手順

2025年 8月30日 土曜日 10:00～（3周の部 17.4km）

レースURL : <https://riders.rouvy.com/events/a71dc418-c95c-45d5-b729-0579904ec1cf>

ROUVYの料金／ ROUVY Fee

利用にはROUVYのアカウントが必要になりますが、**初めてアカウント登録をされる場合、初回登録時のみ7日間無料トライアルが利用できます。**そちらをご利用いただいた場合、今回のレースは無料でご参加いただけます。
※上記にのトライアル期間後は月額12,42ユーロ／月の利用料が発生します。

参加に必要なもの／ What you need to participate

《インターネット環境》

コースのAR映像をダウンロードして走行しますので、動画再生が問題ないインターネット環境が必要になります。

《自転車と室内サイクリストレーナー》

ロードバイク、マウンテンバイク等のスポーツバイクと、それらの自転車をセットできるスマートトレーナーを推奨します。

《対応デバイス（スマートフォン、タブレット端末、パソコン等）》

コース映像をダウンロードする必要があるため、十分な空き容量のあるパソコンまたはタブレット端末をご用意ください。






※それぞれの対応機材はサイクリストレーナー、自転車や使用バイスによって異なります。各自ご確認をしてください。

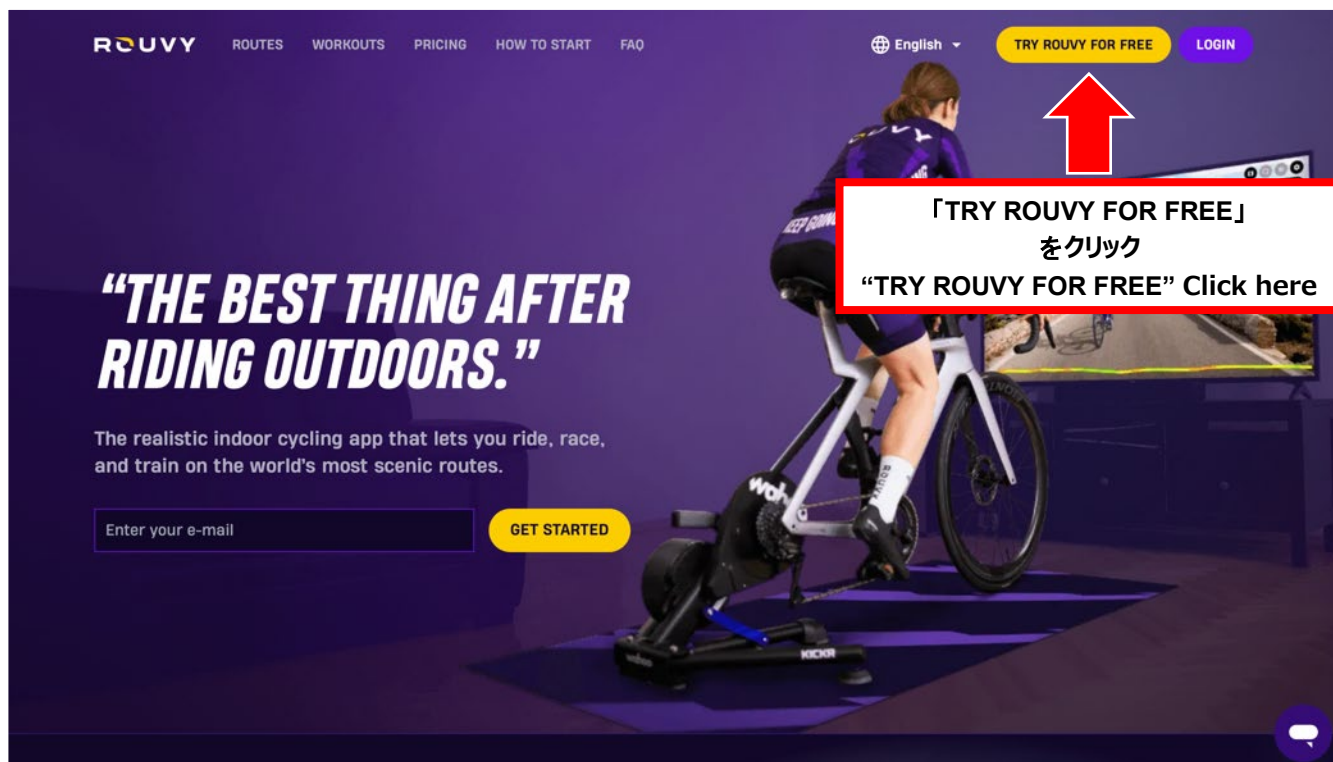
【ROUVY HPによる推奨環境】

<https://support.rouvy.com/hc/en-us/articles/360018756118-ROUVY-System-Requirements>

【ROUVYで使用するスマートトレーナー・スマートバイクはこちらでご確認下さい】

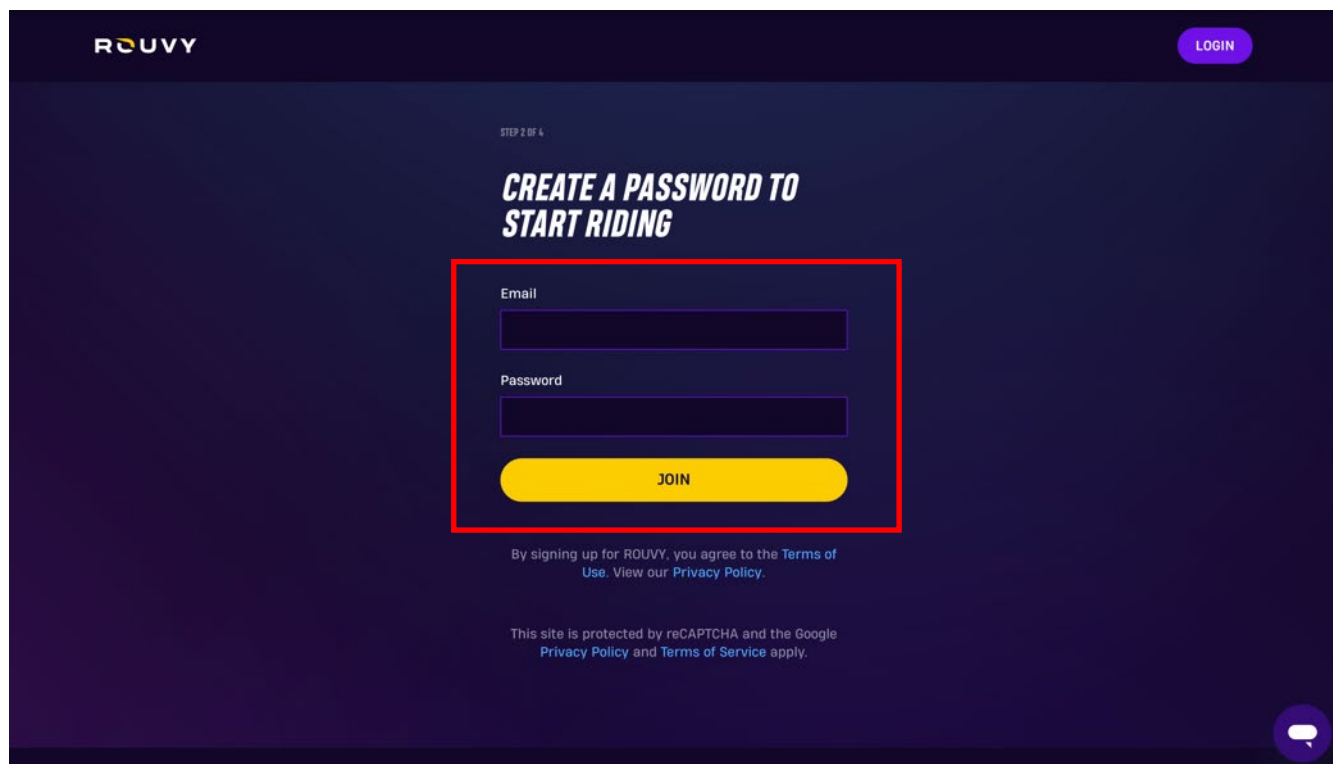
<https://support.rouvy.com/hc/en-us/articles/14059132272529-Supported-Trainers>

					
Operating system version	Windows 10+	macOs Big Sur 11.7.10+	tvOS 17+	iOS16+	Android 11+
CPU	11th Generation Intel Core i3 Ryzen 5 Series 3500U	11th Generation Intel Core i3 Apple M1	A10X Fusion 64bit	A9 64bit	Adreno 610 Mali G52
Graphics	Intel UHD Graphics for 11th Gen	Intel Iris Plus Graphics	1. generation 2017 (A1842)+	PowerVR Gt 7600	OpenGL 3.0
Additional requirements	RAM: 8GB+ HDD: 4GB of free space	RAM: 8GB+	1. generation 2017 (A1842)+	RAM: 3GB+	RAM: 3GB+
Wireless connection	Bluetooth 4.0+ ANT+ dongle	Bluetooth 4.0+ ANT+ dongle	Bluetooth 4.0+	Bluetooth 4.0+	Bluetooth 4.0+ ANT+ built-in



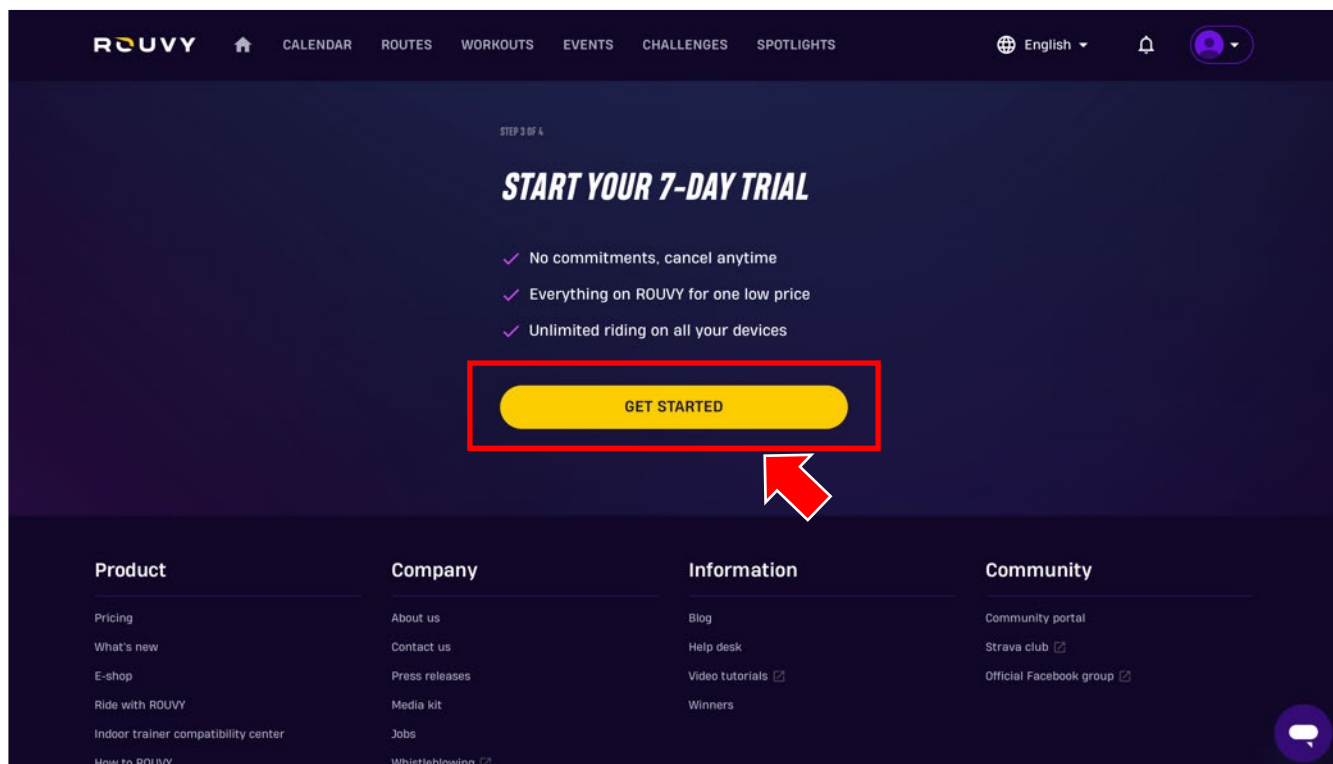
ROUVYのWebページからアカウント作成をします。

<https://rouvy.com>

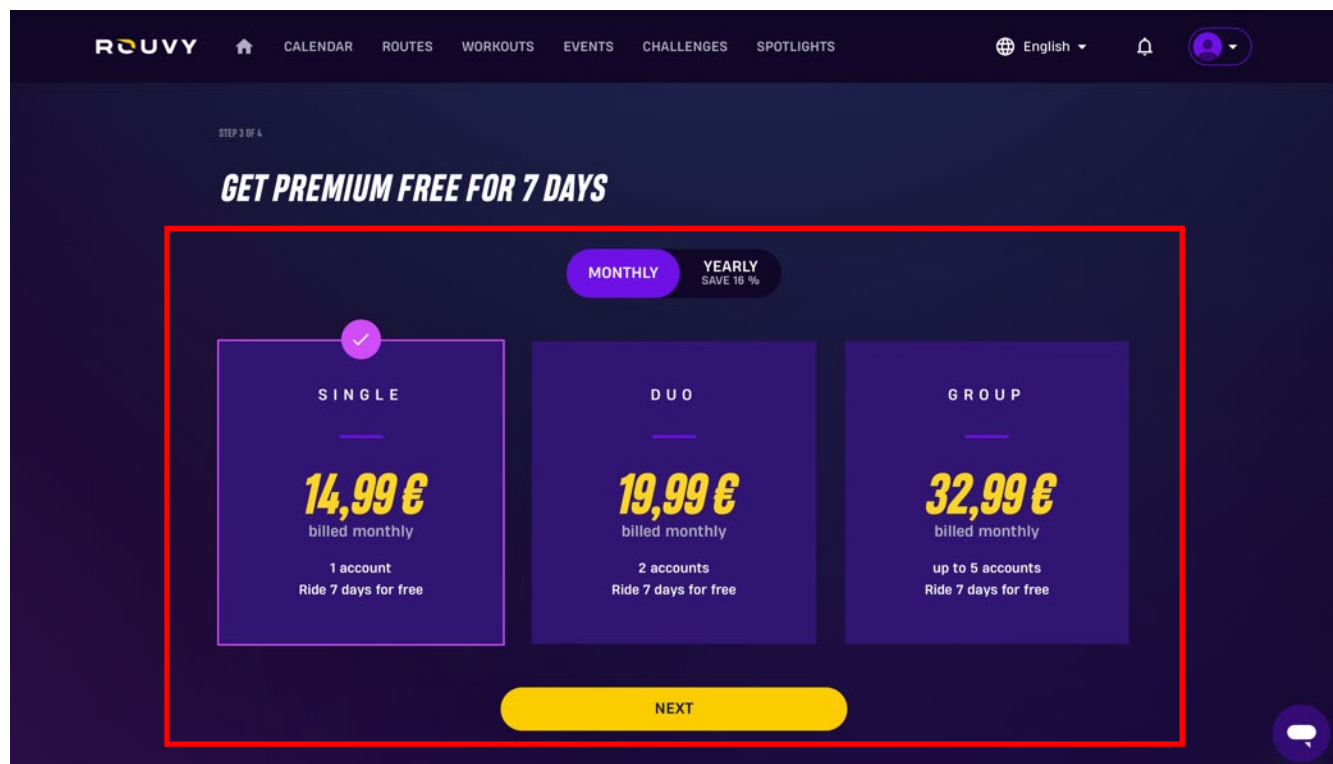


メールアドレスとパスワードを入力して「JOIN」をクリックします。

Enter your email address and password and click "JOIN"



「GET STARTED」をクリックします。
Click "GET STARTED."



プランを選択して「NEXT」をクリックします。
Select a plan and click "NEXT"

STEP 4 OF 4

SET UP YOUR PAYMENT METHOD

Rouvy Single EUR Monthly 14,99 €

Free trial until 20 August 2024

On 20 August 2024 we will invoice you 14,99 €

[Apply your promo code or gift card](#)

☐ Apple Pay

☒ Cards

All fields are required unless marked otherwise.

Card number

1234 5678 9012 3456

支払い方法の設定画面が表示され、赤枠部分に無料トライアル終了日が表示されるのでご確認ください。
The payment method setting screen will appear and the end date of the free trial will be displayed in the red frame area.

☐ Apple Pay

☒ Cards

All fields are required unless marked otherwise.

Card number

1234 5678 9012 3456

Expiry date

MM/YY

Security code

3 digits

Name on card

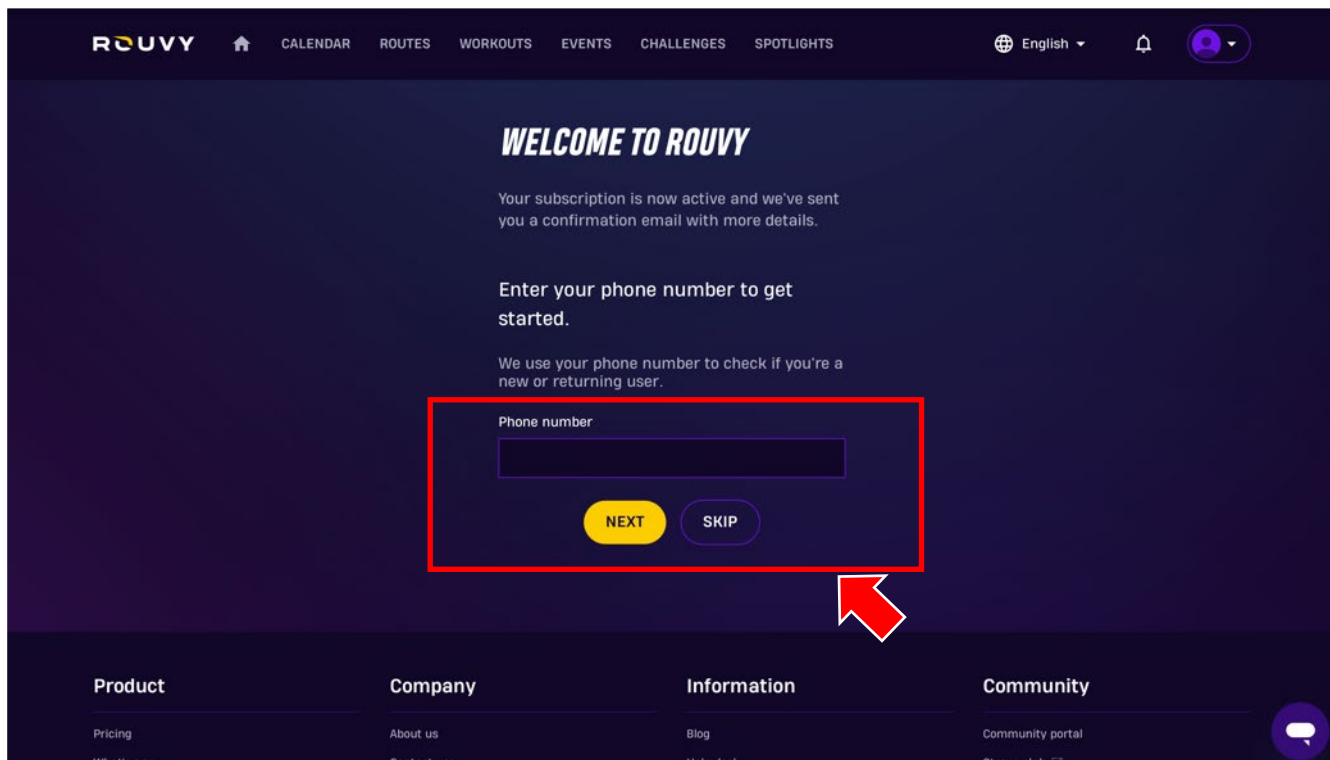
J. Smith

START MEMBERSHIP

☐ PayPal

You agree that your ROUVY membership will start and that we will charge the monthly fee until you cancel. You may cancel at any time to avoid future charges.

7日間の無料トライアル期間終了後の支払い方法を設定します。
Set up a payment method after the 7-day free trial period.



The image shows the 'WELCOME TO ROUVY' screen. At the top is a navigation bar with the Rouvy logo and links for CALENDAR, ROUTES, WORKOUTS, EVENTS, CHALLENGES, and SPOTLIGHTS. On the right are links for English, a notification bell, and a user profile icon. The main content area has a heading 'WELCOME TO ROUVY' and a message: 'Your subscription is now active and we've sent you a confirmation email with more details.' Below this is a prompt: 'Enter your phone number to get started.' and a note: 'We use your phone number to check if you're a new or returning user.' A red box highlights a form with a 'Phone number' label, an input field, and two buttons: 'NEXT' (yellow) and 'SKIP' (purple). A red arrow points to the 'NEXT' button. At the bottom is a footer with four sections: 'Product' (Pricing, What's new), 'Company' (About us, Contact us), 'Information' (Blog, Help desk), and 'Community' (Community portal, Strava club). A chat icon is on the far right.

ROUVY

CALENDAR ROUTES WORKOUTS EVENTS CHALLENGES SPOTLIGHTS

English

WELCOME TO ROUVY

Your subscription is now active and we've sent you a confirmation email with more details.

Enter your phone number to get started.

We use your phone number to check if you're a new or returning user.

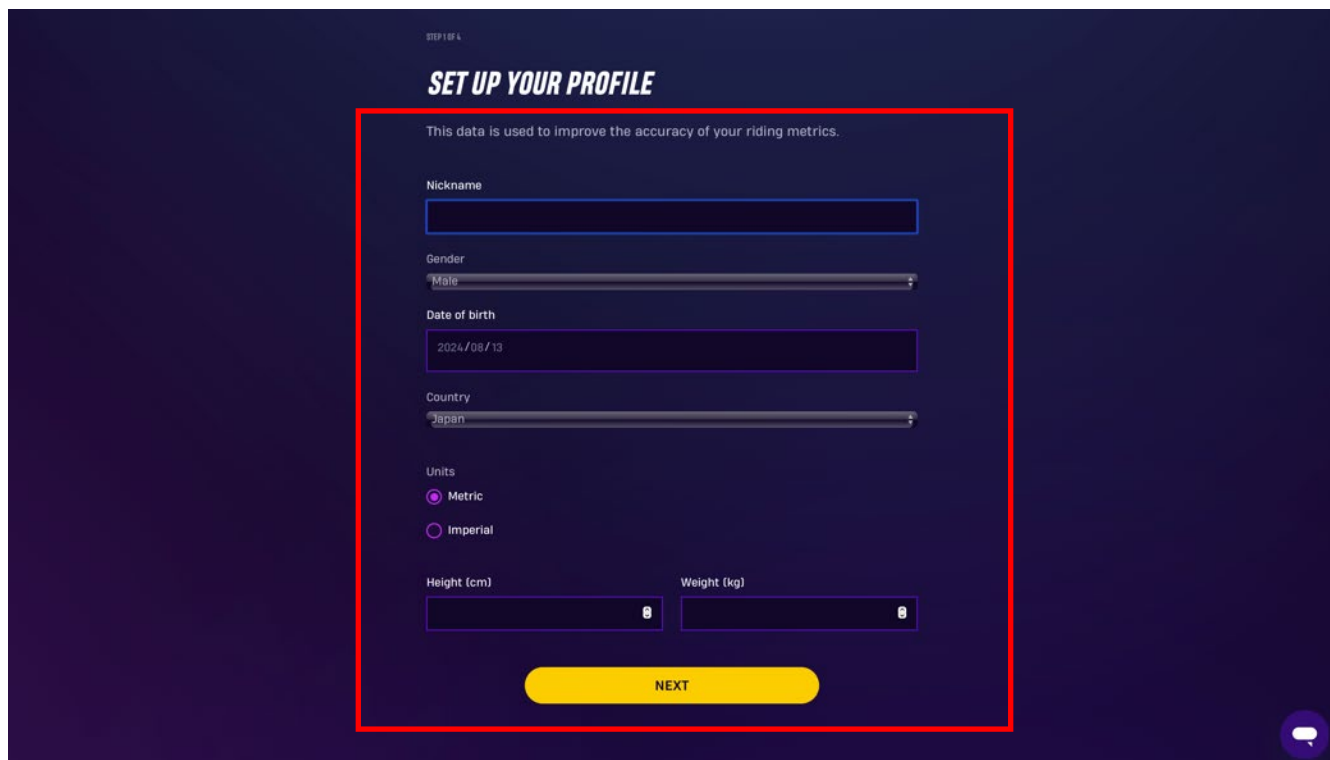
Phone number

NEXT SKIP

Product Company Information Community

Pricing What's new About us Contact us Blog Help desk Community portal Strava club

電話番号を入力して「NEXT」をクリックするか「SKIP」をクリックして下さい。
Enter your phone number and click "NEXT" or "SKIP".



The image shows the 'SET UP YOUR PROFILE' screen, labeled 'STEP 1 OF 4'. It has a heading 'SET UP YOUR PROFILE' and a note: 'This data is used to improve the accuracy of your riding metrics.' A red box highlights the form fields: 'Nickname' (text input), 'Gender' (dropdown menu with 'Male' selected), 'Date of birth' (date picker showing '2024/08/13'), 'Country' (dropdown menu with 'Japan' selected), 'Units' (radio buttons for 'Metric' (selected) and 'Imperial'), and 'Height (cm)' and 'Weight (kg)' (two numeric input fields). A yellow 'NEXT' button is at the bottom. A chat icon is on the far right.

STEP 1 OF 4

SET UP YOUR PROFILE

This data is used to improve the accuracy of your riding metrics.

Nickname

Gender

Male

Date of birth

2024/08/13

Country

Japan

Units

☒ Metric ☐ Imperial

Height (cm) Weight (kg)

NEXT

プロフィールの設定をして下さい。身長と体重は正確な数字を入力して下さい。
Please set up your profile. Please enter your exact height and weight.

STEP 3 OF 4

WHICH TYPE OF RIDER ARE YOU?

☒ **Hobby rider**
I ride fairly easy routes and enjoy lovely scenery around the world.

☐ **Avid cyclist**
I ride often, aim to get better and complete more challenging routes and races.

☐ **Serious athlete**
I set up effective and structured training schedules and practice to perfection.

NEXT

ライダーとしてのご自身のタイプを選択してください。
Please select your own type of rider.

STEP 3 OF 4

INDOOR EXPERIENCE

Have you ridden indoors before?

☒ Yes
☐ No

Where do you ride most often?

☒ Indoors
☐ Outdoors
☐ Both equally

Do you have an indoor cycling trainer?

☒ Yes
☐ No

Do you use any fitness apps such as Garmin, Strava, TrainingPeaks, or Wahoo?

☒ Yes
☐ No

NEXT

表示された質問にYesまたはNoでお答え下さい。
Please answer Yes or No to the questions displayed.

ROUVY

CALENDAR ROUTES WORKOUTS EVENTS CHALLENGES SPOTLIGHTS

English

YOUR GOALS & PREFERENCES

What motivated you to start indoor cycling?

- ☐ Time saving
I can get an exercise even when my day is busy.
- ☐ Weather
I can ride at any time regardless of weather or season.
- ☐ Safety
I feel safer riding indoors.
- ☐ Variety of routes
I can ride different routes in far-off places.
- ☐ Social factor
I can ride and compete with other indoor riders in real time.

Which types of riding interest you most?

- ☒ Solo rides
- ☐ Races
- ☐ Group rides
- ☐ Challenges
- ☐ Workouts
- ☐ Strict training plans

NEXT

質問の該当する項目にチェックして下さい。

Please check the appropriate box for each question.

YOUR ROUVY ACCOUNT AND PROFILE HAVE BEEN SET UP

To get started, simply download the ROUVY app, pair your trainer, and you're set.

DOWNLOAD FOR MACOS MORE DOWNLOADS

GET STARTED IN 3 EASY STEPS

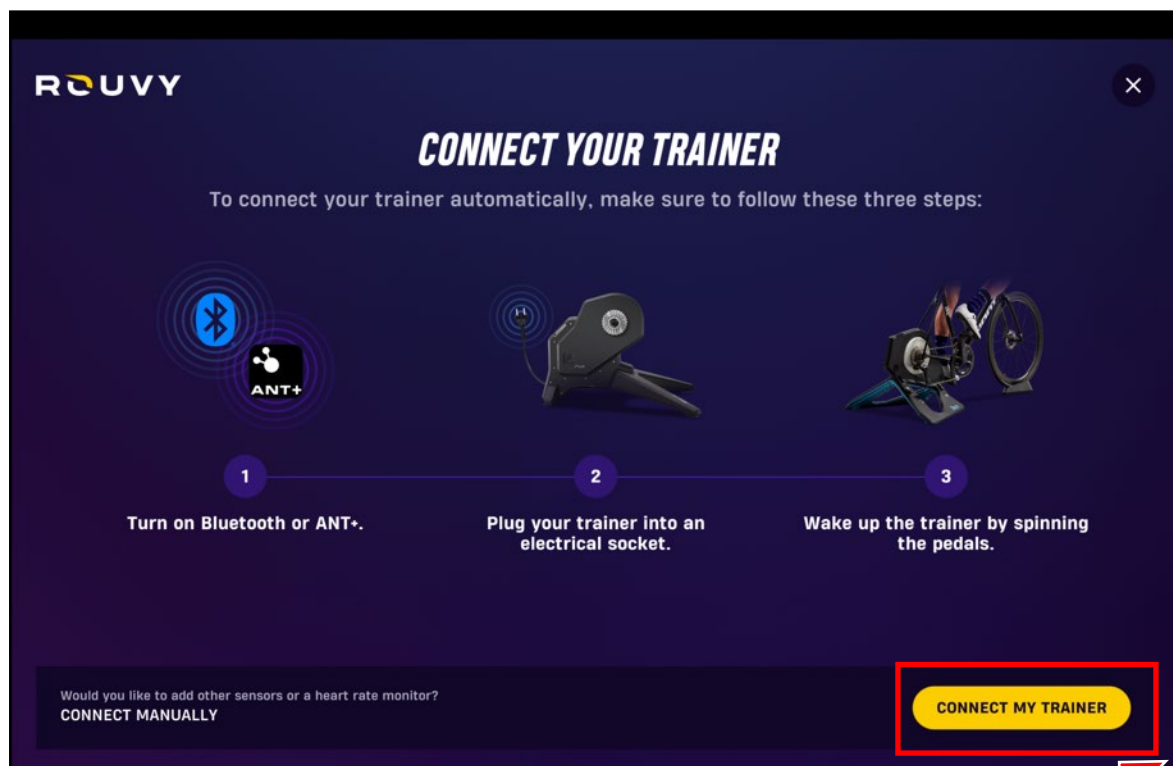
- Download app**
Available for Windows, Mac, iOS, Android and Apple TV.
- Connect trainer**
You can connect indoor smart bike, direct-drive or classic trainer.
- Start riding**
Enjoy the world's most scenic routes at home.

Help us improve your experience on our site!
Take our quick survey (it takes less than 60 seconds). We appreciate your feedback!
TAKE SURVEY

NEED HELP?
Do you need help with picking the right trainer?
EQUIPMENT WIZARD

ROUVYアプリをダウンロードしてスマートトレーナーをペアリングしてください。

Download the ROUVY app and pair the smart trainer.

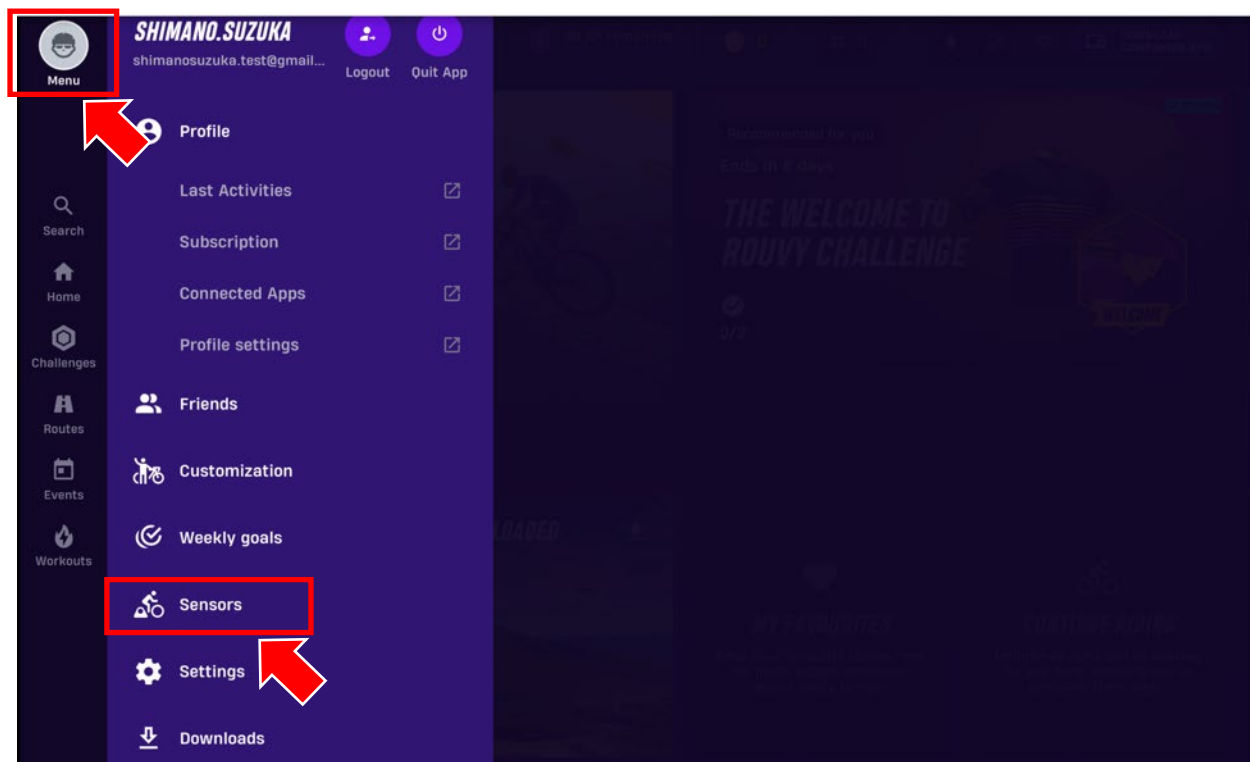


ダウンロードしたROUVYアプリを起動して下さい。

上の画面が表示されたら「CONNECT MY TRAINER」からスマートトレーナーなどの接続設定をして下さい。

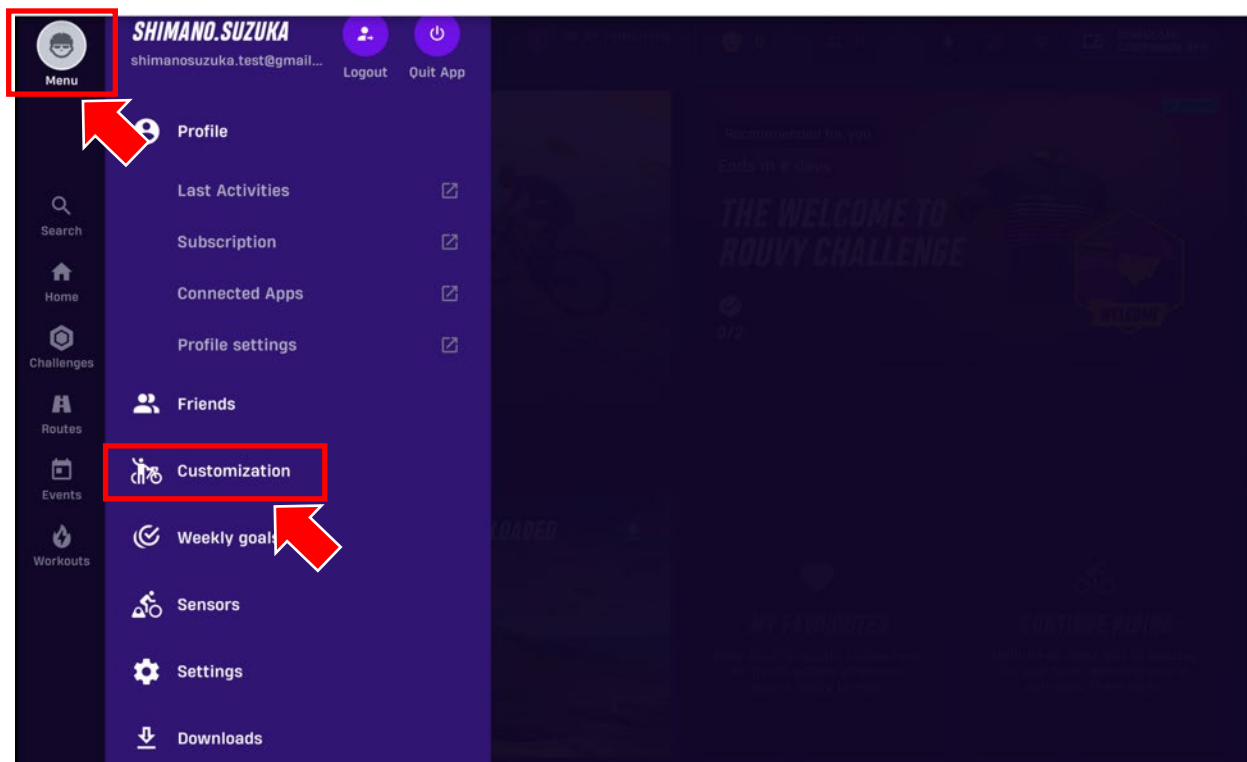
Launch the downloaded ROUVY application.

When the above screen appears, go to "CONNECT MY TRAINER" and configure the connection settings for your smart trainer and other devices.



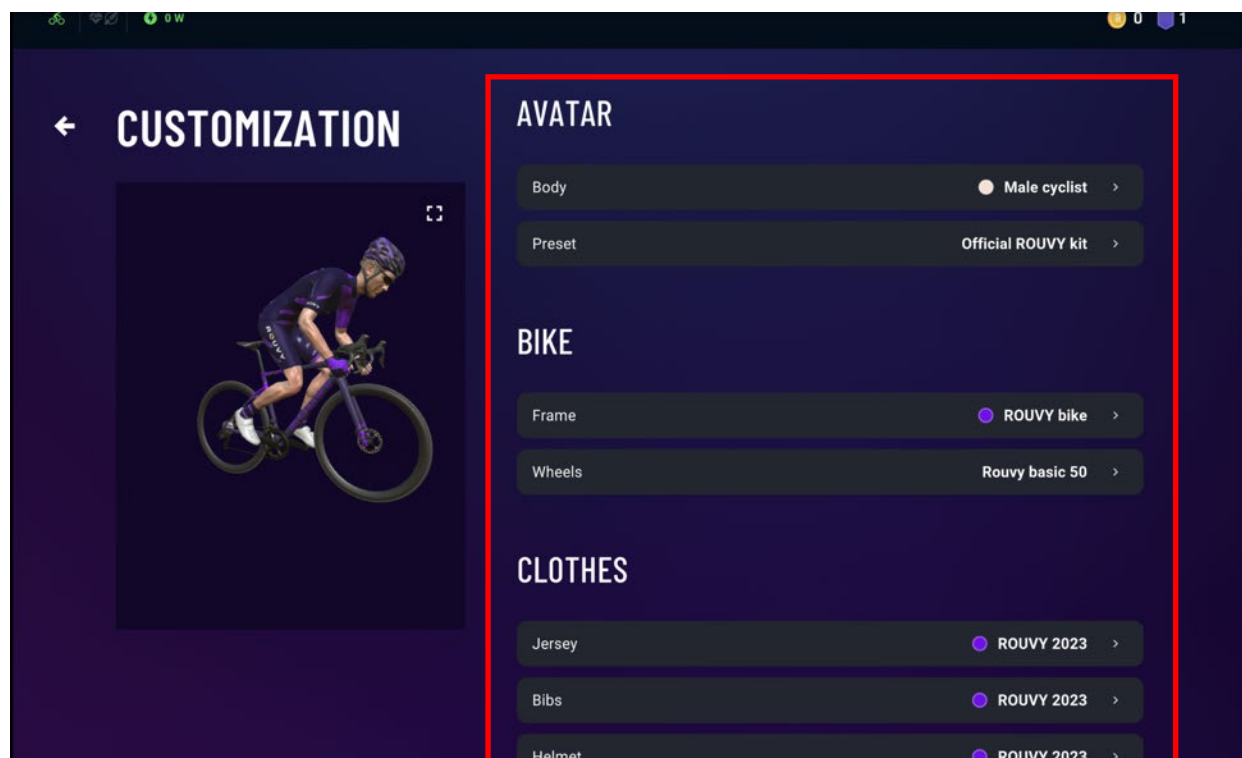
ホーム画面左上の「Menu」→「Sensors」からも設定できます。

It can also be set from "Menu" > "Sensors" in the upper left corner of the home screen.



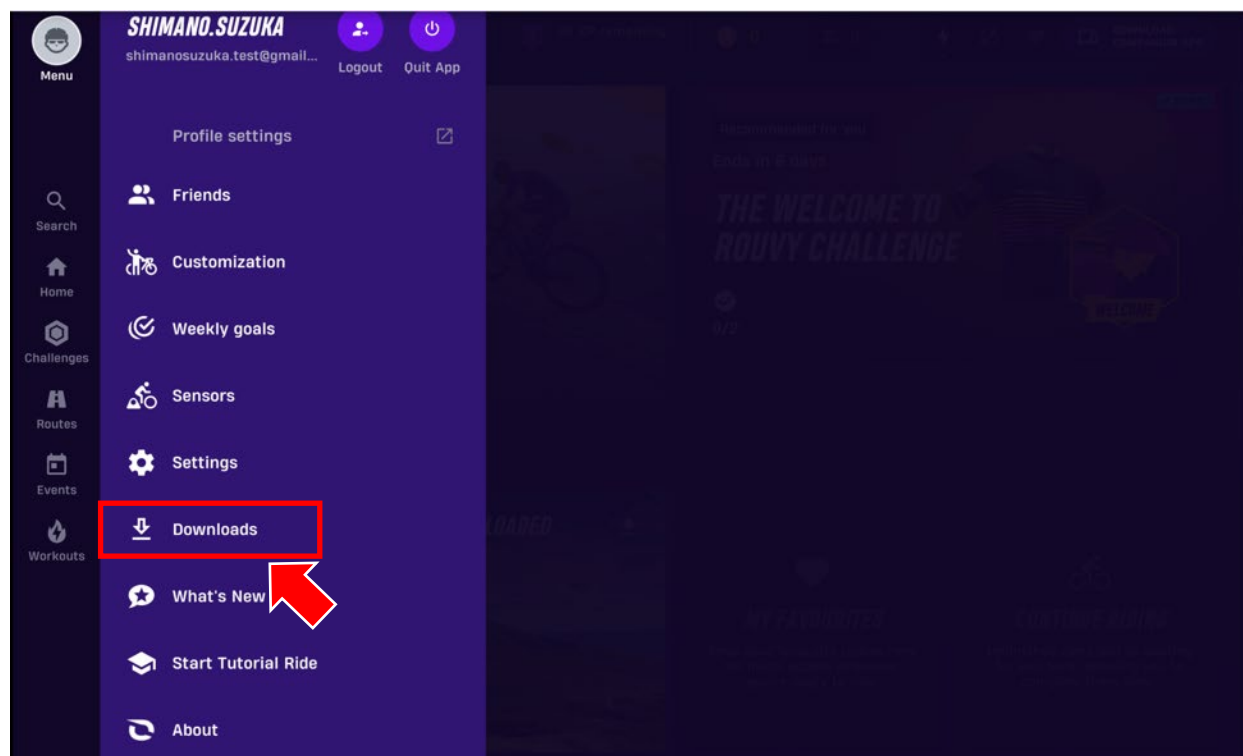
ホーム画面左上の「Menu」→「Customization」からアバター、バイクなどの設定をします。

Go to "Menu" in the upper left corner of the home screen, then "Customization" to set up your avatar.

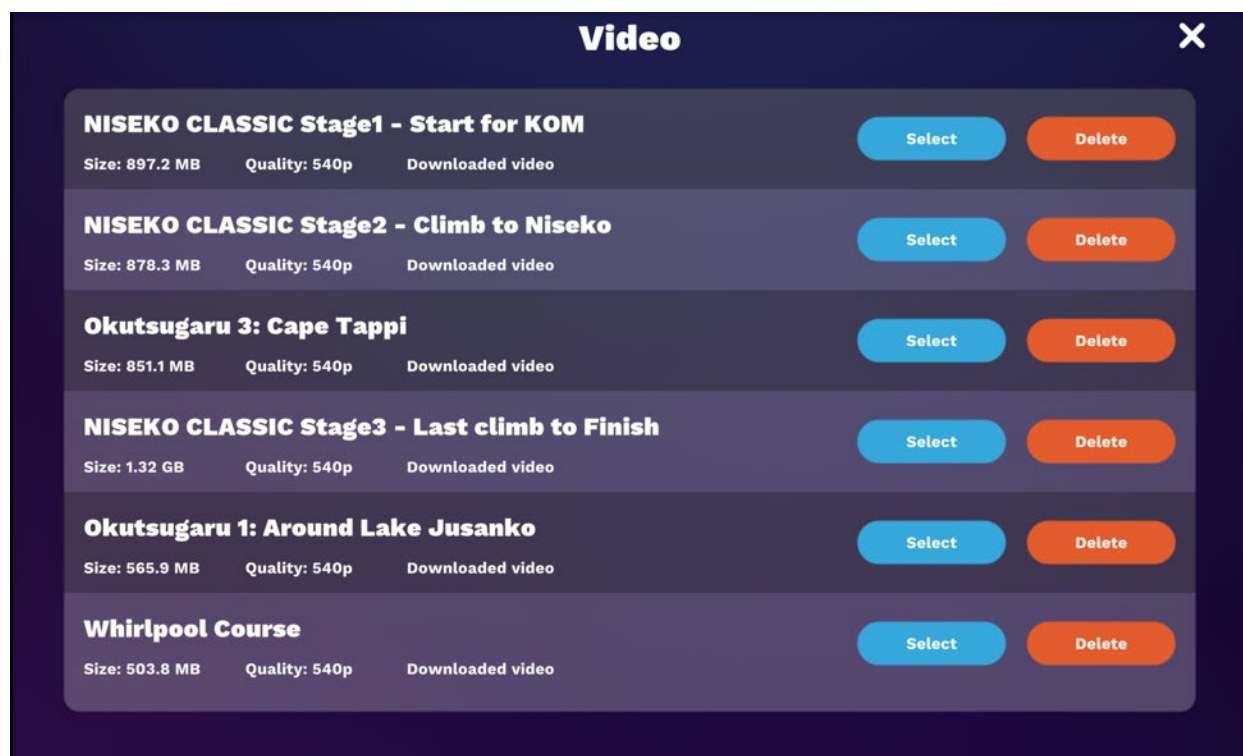


画面右側の設定項目を開いて設定をして下さい。

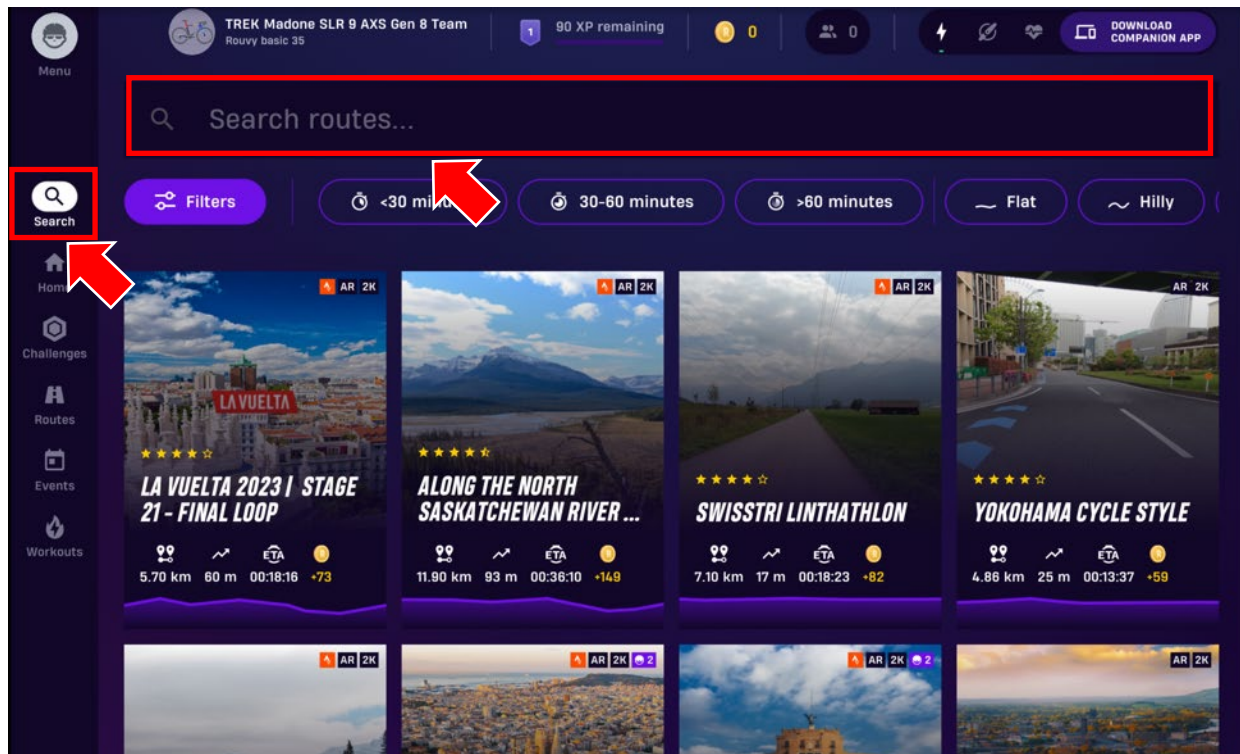
Please open the settings section on the right side of the screen to configure the settings.



「Downloads」をクリックして「VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD」のコースを選択します。
Click "Downloads" and select the "VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD" course.



まだコース映像をダウンロードしていない場合、Home画面の「Search」を開いてください。
If you have not yet downloaded the course video, open "Search" on the Home screen.

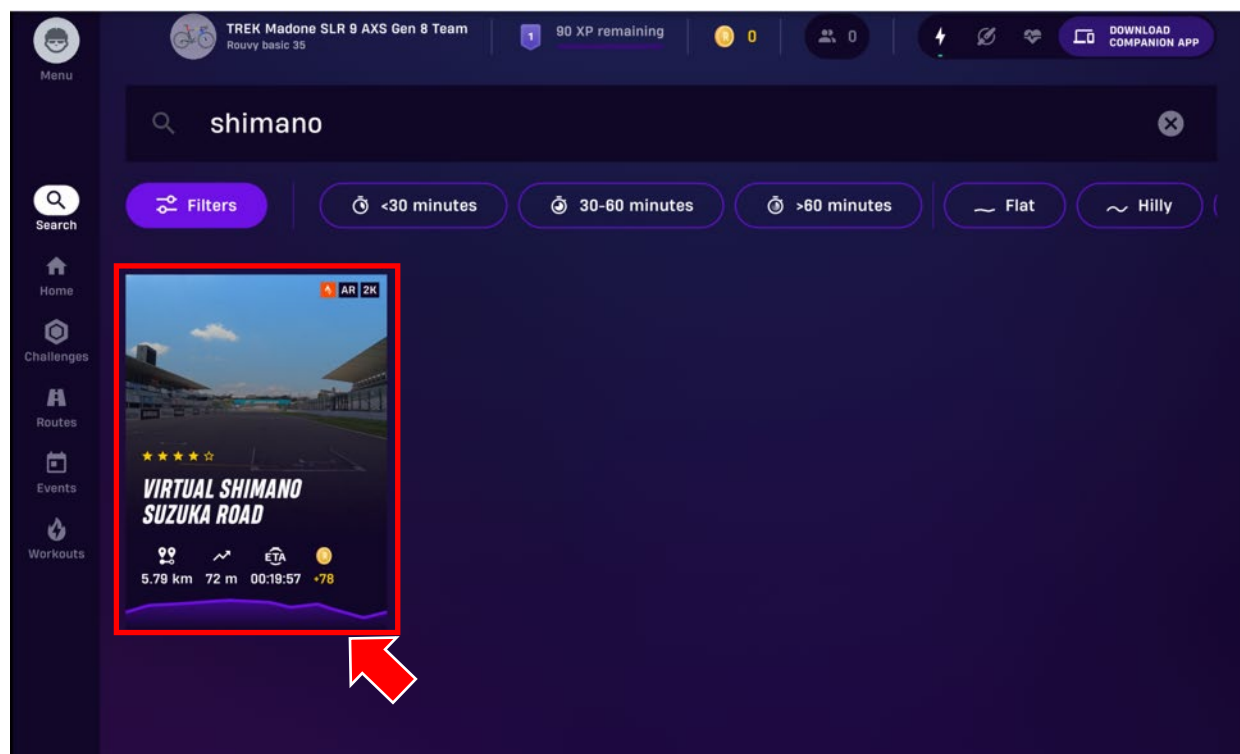


「Downloada」をクリックして「VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD」のコースを選択します。

検索欄に「shimano」と入力して下さい。

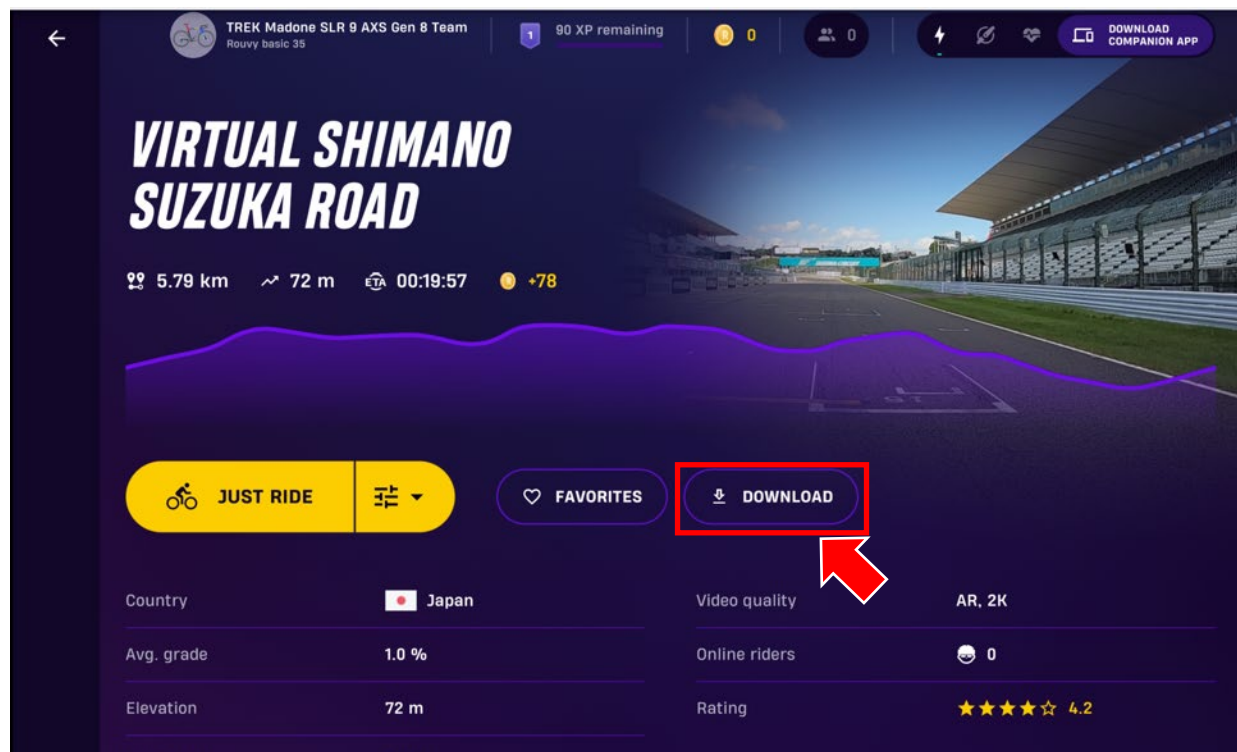
Click "Downloada" and select the "VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD" course.

Enter "shimano" in the search field.

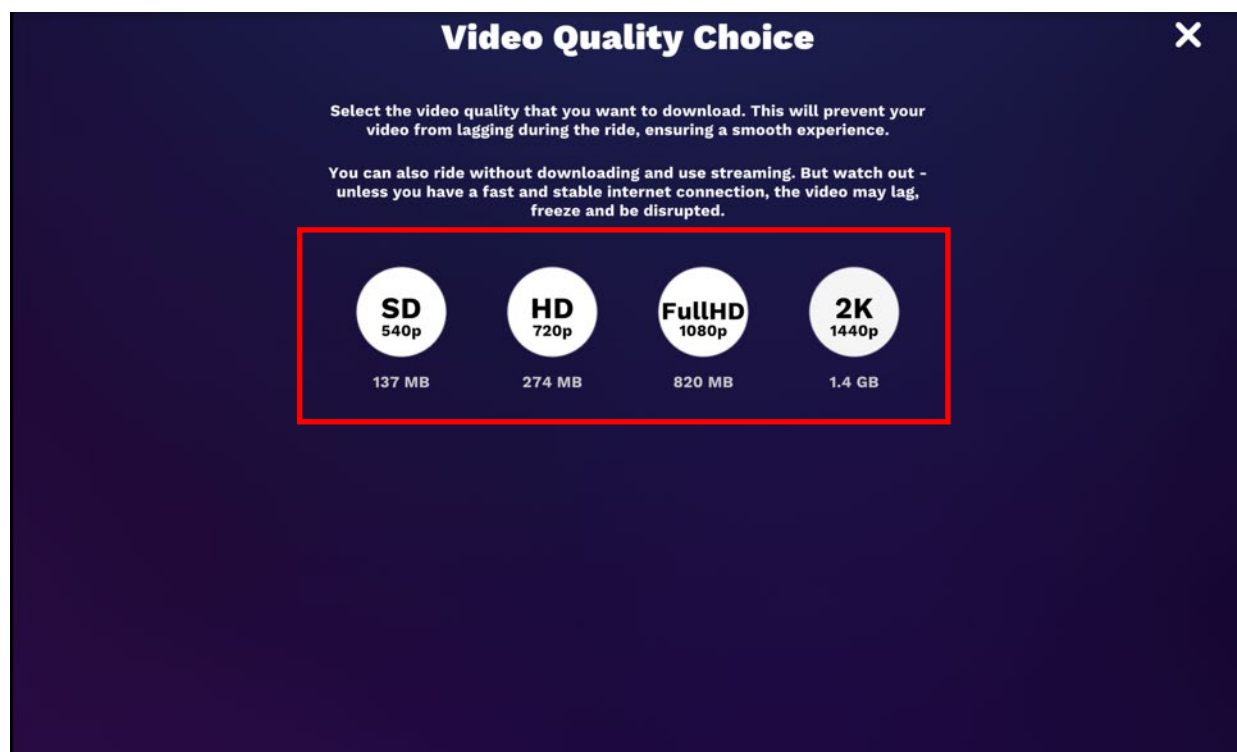


VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD が表示されたらクリックします。

Click VITUAL SHIMANO SUZUKA ROAD when it appears.



「DOWNLOAD」をクリックして下さい。
Click on "DOWNLOAD".



表示されたSD～2Kから、お使いのデバイスで問題なく動作する映像をダウンロードして下さい。
From the SD～2K displayed, please download the video that works fine on your device.