

グランボア

# GRAND BOIS

pour tous les cyclotouristes

すべてのシクロツーリストのために

旅の相棒自転車、  
ランドナー

RANDONNEUSE  
Mon Vélo Mon Ami

2025  
Printemps



グラシボア

# GRAND BOIS

pour tous les cyclotouristes

すべてのシクロソーリストのために

旅の相棒自転車、  
ランドナー

RANDONNEUSE  
Mon Vélo Mon Ami

2025  
L'ete

# フランスの老舗アレックスサンジェ



## 5年ぶりのフランスへ

正確に言えば、2019年のパリブレストパリ/コンクールマシンに参加して以来なので4年半ぶりです。こんなに間が空くなんてかつてなかったことでした。親方なんて実家に帰るよりもフランスへ行ってる頻度の方が高い時期がありましたから。久しぶりのフランスはやはりサンジェから。もう、過去に数えきれないほど訪れたお店で、グランボアとの付き合いも30年近くになりました。5年ぶりに訪れたサンジェでは店主であるオリビエは、息子のワルターと元気に仕事に励んでいましたよ。

## 自転車の運び方

この大量の荷物はサンジェからの頼まれ物の他に、納車がパンデミックのせいで2年も遅れてしまった完成車が1台、それと、自分たちの自転車2台、衣類用のトラベルバッグ2個。自転車は2人に對して3台であっても事前予約は必須ですが機内に預けることは可能です。料金は行きは100ドル/台、帰りは100ユーロ/台。輸送することを思えば格安です。

今回、使った輪行袋はオーストリッチさんのOS-500 トラベルバッグです。この輪行袋は緩衝性が高く、飛行機を使うツーリングでは安心して機内預けに使えます。ただ、持ち運びが困難なので、ツーリング中はどこかで預かっていてもらう必要があります。例えば、友人宅で預かってもらうとか、行きと帰りが同じ空港で同じホテルを使うことがあればホテルに預かってもらうとかってことです。

今回は帰るまでサンジェで預かってもらえた助かりました。





Blog

ログ



一緒に仕事に励んでいるのは息子のワルター・シューカ氏。  
オリビエの跡を継ぐべく一昨年あたりから一緒に店に立ち始めた。  
今年で 26 歳。

## 親子で守る工房と技術

1938年創業のアレックスサンジェ。

今も当時の店構えで自転車店として営業を続けているフランスでも稀有な存在だ。

下の写真は3代目店主のオリビエ・シューカ氏とその息子のワルター。

叔父であるアレックスサンジェは母方の叔父にあたり、2代目エルネストシューカは彼の実父だ。そして今、サンジェの大切なエッセンスは次の世代へと引き継がれようとしている。



## サンジェの新車

サンジェの自転車は今も650Bなら32B、700Cでも23Cや26Cが主流だ。日本に比べて路面状況は明らかに良くないが、巡航速度は速く、細めのタイヤが好まれる。

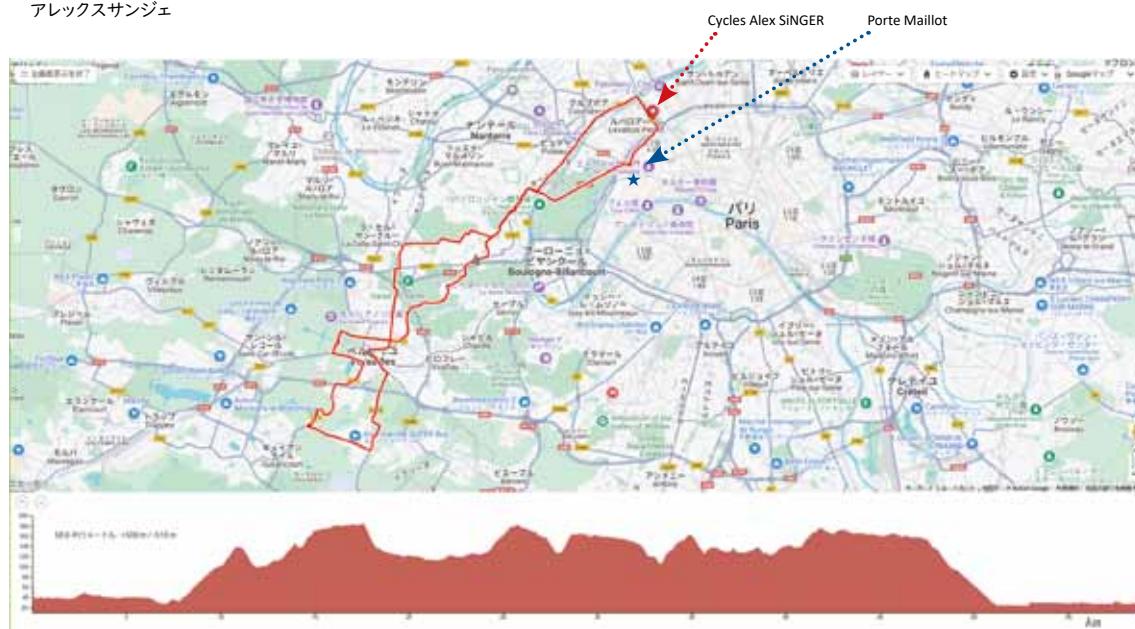
グラムボアのタイヤは開発当初からオリビエのお気に入りだ。

特に、23Cはオリビエのリクエストから生まれたサンジェのためのタイヤで、その名もコルデマドレーヌ。夏のバカンスで彼らがよく行く峰の名前となっている。



# 第82回 ラリー アレックスサンジェ

スタート ポルトマイヨ  
ゴール アレックスサンジェ



La forêt de Boulogne



## 春を告げる大事なイベント

3月の第1日曜日に毎年開催されるラリーサンジェールはパリのサイクリストにとってもうおなじみのイベントだ。

1941年以来、Amicale Cyclotouriste de la Banlieue Ouest (ACBO)によって中断されることなく開催されてきたこのラリーは、伝統的なウィンター・ラリーの中でも最も古く、また、春のシーズンインを告げる役目も担う。当日は寒いだけでなく、雨になることが多いにもかかわらず、このイベントに集まるサイクリストは今も毎年200人を超える。

これらのラリーは従来は町の商店主から寄付された賞品による抽選会で締めくくられていたが、今は専らサンジェと取引のあるメーカー各社の協賛品がゴールしたサイクリストたちへの小さなギフトでありお楽しみだ。

もちろん、グランボアも協賛していますよ。(^^)v

ACBOは、「パリ郊外西側サイクリスト友の会」とでも訳せばいいかな。サンジェを語る上で、ACBOはとても重要です。



ブローニュの森を抜けたら、  
休憩はベルサイユ宮殿で。



笑顔でこちらを向いているのはオリビエの奥様のカトリヌ。  
ライダーとして今もみなを引っ張る存在だ。



### Le Rendez-Vous Alex SINGER

アイズバインクルではアレックスサンジェのオーナーズミーティング  
"ランデヴー・アレックスサンジェ" の事務局を務めています。  
毎年 5月第 3 土日は定例ミーティングです。  
今年の開催日時は 2024年5月18日・19日( 土・日)。  
サンジェをお持ちの方、興味がある方はどなたでも歓迎します。  
ご連絡いただけましたらミーティングの詳細をお知らせします。  
また、アレックスサンジェへのオーダー代行も承ります。

お気軽にお問い合わせください。

# グランボア フルオーダー

GRANDBOIS Randonneur Multipurpose

## 多機能型ランドナー



着脱可能なフロントサイドバッグラックやリアラックを装備し、さまざまに変化する荷物の量に応じたバッグを装着することが出来ます。輪行日帰りツーリングからテント泊のキャンピングツーリングにも対応できる応用力の高いランドナーです。

持ち込まれたリア変速機がチェーンの掛かりが大きくホイールの着脱が大変なニューニベックスでしたので、その難点を簡便にするためにデモンタブル式のハブを採用しています。このハブはハブ本体とカセットボディが分離する機構をもつていて、リアホイールを外してもカセットスプロケットはそのままフレームエンドに残りチェーンに触れる必要がありません。

GrandBois full-custom frame 640mm (C/T)+ Easy RINKO fork Crown ver. /paint "GB Crow Blue"  
Headset GrandBois "Vintage"/BB SKF/Chainwheel SUNcd and GrandBois "Cinquefeuille" 43\*27T/Front hub SON 28wide/Rear hub 5links RINKO/Rim GrandBois "PROTO" 650B/Tire GrandBois Hete 650x42B Extra Leger/Front derailleur Microshift/Rear derailleur Compass New-NIVEX/Right shift lever Compass NIVEX/Left shift lever HURET Success/Chain SHIMANO/Cassette SHIMANO 8s 11-28T/Brake GrandBois "Chouette3642"/Brake lever SRAM S500/Fender HONJO H50C/Saddle BERTHOUD Cycles "ARAVIS open"/Seat post Nitto S65/Handle GrandBois FR-G410/Stem GrandBois Alloy 70mm/Rear rack + Front rack + side frame GrandBois custom made "Easy detachable"/Head light SON "STANDING"/Rear light KIMURA "TL-06D"/Bar-tape VIVA cotton varnish finish



クロモリフレーム  
**CrMo**



リアホイールの脱着を容易にするためカセット部がフレームに残る仕組みを採用。フロントのサイド枠はもとより、リアラックも簡単に外せる設計にしています。フロント用の変速レバーは造形がシンプルで美しいヴィンテージパーツ (HURET) を選びました。

# グランボア フルオーダー

GRANDBOIS Randonneur "Vintage" 1970'

## 半世紀を経ても魅かれる



ギャラリーページ

オールメッキのフレームに70年代のハイグレードパーツをスペックしたビンテージランドナーです。カンパ・ヌーボレコードのリアメカはロングケージのアダプターでワイドレシオに対応させ、電装はロックダイナモでシンプルな使い勝手になっています。

今だからこそ、この機能美に魅せられるのかもしれません。



クロモリフレーム

**CrMo**

GRANDBOIS FULL CUSTOM



GrandBois CrMo frame 535mm/Tout-Chrome w/gold lines  
Headset GrandBois "Vintage"/BB TA Triple/Chainwheel TA CYCLOTOURIST 49/42/26/Free Wheel ATOM 66  
5s 13-22/Chain Sedis "Sedi-Color"/Pedal Campagnolo "Record"/Hub Campagnolo "Record LFQR" 28H/Rim  
Champion/Spoke DT "Revolution"/Tires GrandBois "Cypres" 650x32B Extra Leger/Front Derailleur Campagnolo  
"Nouvo Record" 3 holes/Rear Derailleur Campagnolo "Nouvo Record" modified to the long cage/Brake MAFAC  
"Racer"/Fender GrandBois PJ650 painted Blue and gold lines/Saddle IDEALE #90/Seat post GrandBois/Handle  
Philippe "Randonneur"/Stem GrandBois CrMo 80mm/Front Rack GrandBois Special made/Decaleur GrandBois  
"RH Replica"/Head light JOS "Type B"/Tail light ULO/Bell VIVA Alloy GrandBois Special/Bar-tape VIVA cotton  
varnish finish/Bottle cage TA/Pump AD-HOC "Tourist"

# グランボア フルオーダー

GRANBOIS Randonneur made by Takumi  
アトリエ長のランドナー

グランボアの若きビルダー "イートタクミ" が自身のために製作したプライベートランドナーです。650 × 32B のグランボア・シプレのタイヤに合わせた美しいフォルムのフレームに、50 年前のフランス部品を組み合わせてスマートにまとめ上げられています。

GranBois CrMo frame 520mm + ER fork painted Old Celeste Metallic w/gold lines/Head set GrandBois Vintage/BB Stronglight Competition/Chainrings TA Cyclotourist 44/26/Cranksets Stroglight 49D/Hubs Campagnolo Record SFQR 28H/Rims GrandBois Papillon 650B 28H/Tires GrandBois Cypress 650\*32B/Front Derailleur Campagnolo Record/Rear Derailleur Simplex Super LJ/Pedals Mikashima Urban Platform EzySuperior/Toe Clips Christophe/Toe Straps Bindo/ Brakes Mafac 2000/Brake Levers Mafac/Fender Honjo H31N painted Old Celeste Metallic w/gold lines/Saddle Ideale #90/Seat post Grand Compe/Handle GrandBois FR/Stem GrandBois Al 70mm/Front Rack GrandBois custom/Decaleur GrandBois/Head light Soubitez/Tail Light Soubitez 905/Dynamo Soubitez 12N/Pompe Zefal Solibloc/Bottle Cage Nitto R



クロモリフレーム  
**CrMo**



フロントキャリアにソービッツピン球を直付けで、ダイナモには起倒レバーを装備しました。  
リアエンドにはカンパニヨロのチェーンレストを取り付けて、チェーンに触ることなくホイールが着脱できます。そしてグランボアのイージーリンコウシステムを搭載することによって気軽に輸行ツーリングを楽しめるランドナーです。

# モディファイ

GRANDBOIS Randonneur installing the stem switch

## ステムスイッチでライトを制御したい

2020年製作のフルオーダーモデルにステムスイッチを組み込みたいとご依頼を受けました。

ブルベをされるオーナー様にとって、長距離ブルベの後半でいかに体力を温存し、ミスなく自転車を操れるかが大切なポイントです。これまでではオンオフをSONの吊り下げ式フロントライト側で操作する必要がありました。ステムスイッチを組み込むことで、ステム上部のプッシュボタンで操作ができるようになりました。夜間の点灯時にはそのプッシュボタンは青く光り、視覚的にライトの状況を把握することができます。ステムの固定方法が変更になりましたのでフロントフォークは作り直しましたが、ステム内部の電装コードはジョイントパーツで接続していますので必要になればフォーク抜き輪行が可能です。



ギャラリーページ



トンネルが連続するなど頻繁にスイッチをオンオフしたい場合にも非常に便利。(オーナー様コメント)



Frame : GRAND BOIS OYAKATA CrMo  
Tire : Ecoreuil (38B) ⇒ Lierre Route Forestiere (36B)  
Handle : FR Grooved  
Saddle : BERTHOUD Cycles Aravis  
Chainwheel : GRAND BOIS Cinqueille N/W+SUNXCD  
Light : SON/front & dynamo-hub, KIMURA/rear  
Deraileur : SRAM  
Brake : GRAND BOIS Chouette3642  
Pump : Topeak ⇒ Zefal

GRANDBOIS FULL CUSTOM



新車でお納めしてから4年と3か月。

しっかりと、だけど大切に使い込まれた自転車はオーナー様と旅をしてきた自信を纏い貫禄すら感じさせます。作業を終え、再び完成車になった時、基本スペックはほとんど変わっていないのに、まるで成長した遠い親戚に合うかのような気持ちになりました。作り手として嬉しい瞬間の一つです。

オーナー様が「2024 BRM330 房総 600km」を完走された時の写真を送ってくださいました。

マザー牧場はこのコースの210kmを少し超えたところ、朝の5時スタートで明るい時間に通過できています。

完走タイムは37時間9分。

お見事です!

# グランボア レストレーション

Rene HERSE "Ville"

## ルネエルス 紳士用モデル

当店に持ち込まれた一台のエルスのフレーム。

ヘッドセットとBBの他はマハックタイガーのブレーキアーチとJUXテールのソケット部分しかありませんでした。しかし目を引く大きなチェンケースの骨組みと特殊なケーブルの取り廻しのための直付加工はそれがソーリングのためのものではなく、街乗り車のためのフレームだったことを示しています。エルスの街乗り車といえばポーターが有名ですが、フロントフォークに用意されていたキャリアダボから、このフレームはそんなたくさんの荷物を運ぶためのものではなく、パリの街中をスマートに走るための Ville というタイプであることが分かります。

ブランドカタログは重要な資料

レストアは歴代のカタログを読み解くところから始めます。



←

### 【PORTEUR】

いわゆる荷物運搬用。  
重量物を運ぶことが想定されるのでしっかりしたキャリアが特徴的だ。



キャリアを製作するうえで参考にしたイラストはフレームエンド止めのポーター キャリアでした。今回は止め方が異なりますのでグランボアで創造しています。

また、ライトの取付も独特で特殊な加工を要しました。

小振りなポーター型のフロントキャリアにビジネスバッグを括り付け、パリ市内

をスイスイと移動することが出来たのでしょうか。

# グランボア レストレーション

## AFTER RESTORATION

【Ville】⇒

一見するとポーターとの区別がつきにくい車種だが、キャリアは小ぶりで、挿絵の紳士はスーツ姿。仕事鞄をキャリアに乗せ、颯爽と風を切って街を走り抜ける姿が想像できる。



合成皮革のチェンケースは紳士の身だしなみを護っています。



トップチューブに沿って延ばされた変速ケーブルはシートラグ直下から滑車を使ってリアエンドへと運ばれます。シートテールにはJUXのオリジナルテールレンズが嵌められています。

プロムナードバーのハンドル右手には変速レバーが、左手には「キンコーン」と大きな音を出す大ぶりなベル、バーエンドには差し込み式のブレーキレバー、マハックインペルセが取り付けられています。



スター・メー・アーチャー社FWの4速内装変速機はトグルチェンによって動きます。信号待ちで止まった間でも変速できる内装変速機は街乗り車にはとても便利です。

# グランボア セミオーダー

セミオーダーとは、フレームサイズとタイヤサイズを規定の中からお選びいただき、ご予算や使いたいシーンに合わせて仕様を決めていただくモデルです。フレームカラーは自由、使いたいパーツは持ち込んでいただいてもかまいません。ご自身で組み上げたいという方にはフレームと泥除け、キャリアなどのER必須パーツのみをセレクトしたERベーシックをご用意。いずれもフレーム設計が省ける分、大変お得な設定となっています。

イージー輪行

## Easy RINKO

グランボアのセミオーダーフレームは泥除けが前後ともども簡単に脱着できる仕組みが標準装備されています。わずかなステップでロードバイクと同様に輪行することができ、必要に応じて更にコンパクトにできるフォーク抜き輪行も可能です。

イーアール 650

### ER650

フレームサイズ  
480/500/520/540/560/580/600/620mm  
タイヤサイズ 650 × 36B/38B/42B

イーアール 700

### ER700

フレームサイズ  
510/530/550/570/610mm  
タイヤサイズ 700 × 28C/30C



輪行関連ページ

ER モデル作例ページ



イーアール ベーシック

## ER Basic

自転車を組み上げることができる方にはこれ。  
グランボアのエッセンスがしっかり詰まっています。  
工具や経験がないと難しいと思われる泥除けのセッティングは  
済ませた状態でお納めします。

組み上げる楽しさも味わえる。

### 作例 1

ER650 Basic 620mm

市販品ではまずないこのサイズも対応可能。



ERフレーム&amp;フォーク + 以下付属

- ・ヘッド小物 + 前後アウター受
- ・ER加工済み泥除け + 小物一式
- ・ERフロントキャリア
- ・シートピン
- ・BB下ケーブルガイド
- ・センタープルブレーキ シュエット
- ・お好きな色に塗装  
(メタリックは税込 5,500 円アップ)

ERベーシックセット

¥ 270,000

(税込 ¥ 297,000)

### 作例 2

ER650 Basic + 650B wheel

ホイール付きだと更にグランボアが味わえます！



※ホイール代は別途必要です。

カンチブレーキが好みの方にはカンチブレーキ用の台座  
でご用意します。他にもテーブルライト用の台座の追加も可能  
です。お気軽にご相談ください。

☆完成車でのご注文はフレーム関連以外のパーツ / 用品をすべて1割引！(フルオーダー / セミオーダー共)

# グランボア セミオーダー

## ER700

使いやすい部品構成にグランボアの700C最太タイヤ・シブレ700(30C)をスペックした一台です。フレームカラーはスカイブルーメタリック。後部シートを倒したシフトスポーツにも前輪を外すだけで載せられます。



Frame GrandBois ER700 550mm/Color Sky Blue Metaric/Headset GrandBois RINKO/Chainwheel TA+SUNXCD 165mm 44-28T/Hub GrandBois LFQR/Rim GrandBois Papillon 700C 32H/Tire GrandBois Cycles700 700x30C/Front & Rear Derailleur Microshift/Shift Lever YOSHIGAI Silver/Cassette SHIMANO CH-HG50-8/Chain SHIMANO CN-HG71/Brake GrandBois Chouette2632/Brake Levers Dia-Compe DC202Q/Fender GrandBois PJ700/Saddle BROOKS B17/Seat post Gran-Compe/Handlebar GrandBois FM410/Stem GrandBois AL 60mm/Front Rack GrandBois ER/Reflector KIMURA 35mm

## ER650

ご夫婦で一緒にご注文いただきました。  
仕様パーツは1年近くかけてお二人で吟味し、さり気無  
いけど細やかな大人のコーディネイトが光る素敵なペア  
ランダー。アウトドア車・釣り・カヌーなどとランダー  
を組み合わせた楽しみ方を満喫し、人生を謳歌してい  
きたいとコメントをいただきました。



Frame GrandBois ER650 480mm/600mm-Tail Light boss  
Headset GrandBois RINKO/Chainwheel SUNXCD/Rim GrandBois Papillon 650B 36H/Tire GrandBois Lierre 650 × 36B STD/Front Derailleur SUNXCD/Rear Derailleur Microshift R47/Shift Lever ENE CYCLO/  
Brake Dia-Compe GC980/Pedal MKS Sylvain Touring/Fender Honjo H47/Saddle BROOKS B17/Seat post Gran-Compe/Handlebar GrandBois FR410/Stem GrandBois AL/Head Light KiLEY LM-018/Tail Light  
GrandBois LUNE



ギャラリーページ

# グランボア輪行手順 ~フォーク抜輪行~



~Remove the following parts~  
pedals, handle, rear fender,  
rear wheel and front fork  
ペダル、ハンドル、泥除け  
後のホイール、フロントフォークを  
取り外す。



Combine and tie up them together  
組み合わせて縛る。



Put it into a RINKO bag  
輪行袋に入れる。



## 1. ペダルを外す



摘みをひいて、抜く。

～用意するもの～

輪行袋 オーストリッチR420  
グランボアフレーム巻「縦長タイプ」 1枚  
グランボアフレーム巻「横長タイプ」 2枚  
ベルト 3本  
リアエンド金具 1個  
アーレンキー ステム用(6mm)、ERボルト用(5mm)、ステー用(4mm)  
ヘッド小物用 力二目スパナ

## 2. ハンドルシステムを外す



アーチワイヤーを外し、ブレーキワイヤーを抜く。  
ステムを緩めて、ハンドルと一緒に抜く。



## 3. 後の泥除けを外す



左右のステー 上ブリッジ部 ERボルト  
3ヶ所緩めたら、軽く上から押さえる。

後ろに引くだけで、丸ごと外せるよ!

はずした小物は、  
フォークに戻しておくと  
無くさない!

## 4. フロントフォークを抜く



ヘッド小物を緩める。上3点を外して、フォークを抜く。



## 5. 後のホイールを外す



クイックリリースを開く。ディレーラーを後ろに下げ、後輪を外す。



1. チェーンはチェーンフックに掛けておく。
2. エンド金具はサドルと平行に付ける。
3. サドルカバー、フレーム巻きを付ける。

## 6. ホイールと泥除けをまとめておく



ここで登場!「縦長タイプ」 クルクルクル。  
暴れん坊のステーはスプークやカセットに掛けておく。

仮留めは上から

ホイールをなるべく平行にすると傷も付きにくく、  
安定する。

## 7. ばらしたパーツを、組み合わせてシッカリ縛る



まずはここ!  
フォークとフレームの位置関係が重要。



本締めは下から



# グランボア輪行手順 ~ER 輪行 ハンドル右倒し編~



Remove pedals and fenders  
ペダルと泥除けを外す。

## 1. ペダルを外す



摘みをひいて、抜く。

～用意するもの～

輪行袋 オーストリッチロード320  
グランボアフレーム巻「縦長タイプ」 1枚  
ベルト 1本  
リアエンド金具 1個  
アーレンキー ERボルト用(5mm)、ステー用(4mm)  
ウエス 1枚



## 2. ブレーキワイヤーの処理



アーチワイヤーを外す。 レバーのブレーキワイヤーを抜く。  
(抜く必要ないものもあります。)



## 3. 前の泥除けを外す



左右のステー クラウン後のERボルト キャリア部のERボルト

計4ヶ所の固定を緩め、後ろに引く。

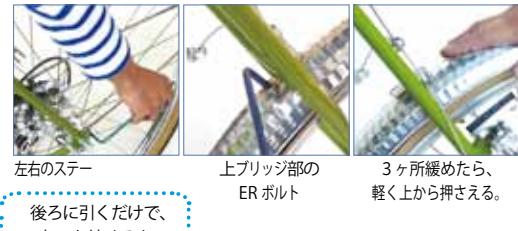


Remove the wheels  
ホイールを外す。



Put them into a RINKO bag  
輪行袋に入れる。

## 4. 後の泥除けを外す



左右のステー 上ブリッジ部のERボルト 3ヶ所緩めたら、軽く上から押さえる。



## 5. 前後のホイールを外す



クイックレバーを開いて、ディレーラーを後ろに下げ、前輪を外す。  
後輪を外す。

チェーンはチェーンフックに掛けておく。

エンド金具をサドルと平行に入れる。

## 6. 後のホイールと前後の泥除けを合わせておく。



金物の位置に注意して、前後の泥除けを重ねる。  
傷がつかないよう、ウェスを挟む。

フレームとの緩衝材にもなる優れもの!



## 7. 袋へ詰め、上部のみ紐で固定する

### POINT!

泥除けとセットのホイールをフレームの左側のポケット

ハンドルは前のホイールを挟みながらフレームの右側に倒す

☆ただし、ハンドルが左にしか倒せない場合は、泥除けは前後のホイールに振り分けた方が良い場合があります。



### (番外) 肩紐の掛け方

ベルトは上部のみ。



# パリから地中海を目指して



Blog

旅のテーマは野生のフラミンゴ

ご来店いただいたフランス人のお客様から南仏のミディ運河沿いのルートを教えてもらいました。調べるども面白そうです。ミディ運河 /Canal du Midiに沿って走る自転車道を使って地中海に至るコースは、トゥールーズから地中海までの 240km。起伏の多い地形を 100 を超える水門を設けて船の通行を可能にしています。最高地点の標高は 200m ほどしかなく、運河に沿って走ればきつい上りはありません。特にゴール地近くのカマルグ自然公園は地形も独特なうえ、野生のフラミンゴが生息しているとのこと。

もう、プラン段階でワクワク MAX。

それに、起点となるトゥールーズはイデアルサドルの工房がある街です。

久しぶりに懐かしい友人にも会えそうです。



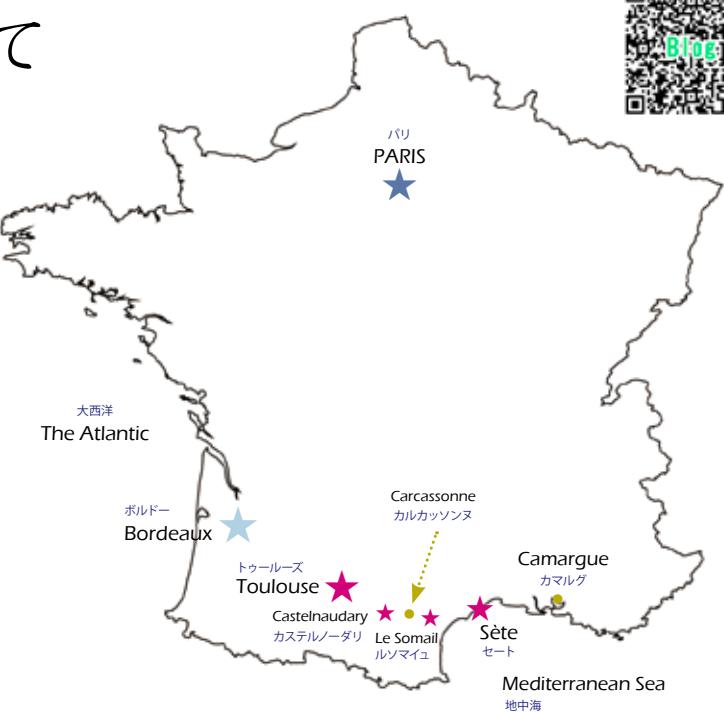
パニアバッグの中身はこの後の輪行を想定して、既にリュックに詰めなつてある。

**DAY1** Paris → Toulouse 約 800km/TGV

パリ・モンパルナス駅 Gare Montparnasse

パリからトゥールーズまではフランスの新幹線、TGV を利用しての輪行旅です。  
その前にルバロアのホテルからモンパルナス駅までは自転車で移動することになります。

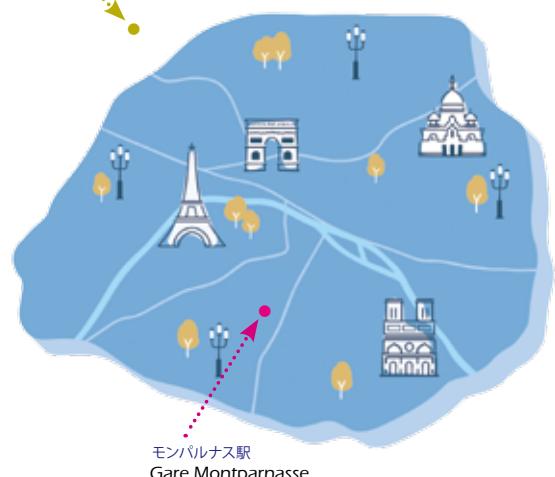
凱旋門からシャンゼリゼ通りへと進路をとり、ショルジュサンクを右折してセーヌ川を渡る。  
左岸を川下へ向かって走るとすぐにエッフェル塔が見えてくる。エッフェル塔のちょっと先にはパリの日本文化会館があり、フーテンの寅さんの大きなポスターが見えた。そこからは地上を走るメトロの高架に沿って行けばモンパルナス駅はすぐです。駅前には広い広場があり、気兼ねなく輪行することができます。



## カナルドミディ Canal du Midi

フランスのトゥールーズでガロンヌ川から分岐し、地中海に面したトーケー湖に至る、全長 240 km、支流部分も含めた総延長では 360 km に及ぶ、17 世紀の土木技術を結集して造られた運河です。19 世紀に鉄道に取って代わられるまで、大西洋と地中海との間を船舶で結ぶ大量輸送ルートとして利用されました。この運河の完成で、運河沿いの産物の流通が盛んとなり、ボルドー、サンテミリオン、ラングドック地方のワインは飛躍的に生産量を伸ばしたそうですよ。

パリ  
PARIS  
アレックスサンジエ  
Cycles Alex SINGER



## トゥールーズ・マタビオ駅 Toulouse-Matabiau

始発パリから終点トゥールーズまではTGVで4時間半ほどです。お昼の駅弁ならぬバゲットのサンドイッチを買いたいところでしたが、ホームの途中に出ている改札はとても混んでおり、輪行袋を抱えたままでのその列に並ぶのも難しい。かといって、やっとの思いで辿り着いたシートにいったん着座してしまうと再び買出しに出てる気も起きず、車内での楽しみをひとつ逃してしまった。

トゥールーズ・マタビオ駅ではイデアルのフレッド氏が自転車で迎えてくれていました。たいていの駅のホームに自転車はそのまま入ることができるので、降車したホームでは改札を出る前に輪行解除することも出来る。これがとても便利。乗車客の去ったホームでゆっくり輪行を解除し、自転車を転がしながら改札を抜けたのでした。

この日は駅前のホテルにチェックインしてからフレッド氏に連れられて自転車でイデアルの工房を訪れた後、雨の中を市中心のレストランまで走っての夕食でした。



Gare de Toulouse-Matabiau

## トゥールーズ Toulouse

### バラ色の町・トゥールーズ

トゥールーズはテラコッタレンガを使った建物が多く立ち並び、全体の色のトーンは淡いピンクでまとった印象です。特にキャピトル広場にある建造物は外観もさることながら、建物内も数多くの歴代の美術品で埋め尽くされているとのこと。今回は内覧まではできませんでしたが、旧市街から広場まで自転車で走り抜け、香るような美しい街を体感できました。その後、フレッドの勧めもあって立ち寄ったトゥールーズのポンヌフはフランス最古と言われる橋のひとつでもあります。



ホテルでの自転車

フランスでは小さなホテルから民泊までいろいろ利用しましたが、自転車を施設内に入れる 것을断られたことはありません。トゥールーズでの駅前チェーンホテルでも、快くホテルのストアルームで2台の自転車を預かってくれ、広々としたロビーでの準備もできました。



マタビオ駅前

大きな駅ではありませんが、20世紀初頭に建てられた駅舎は重厚で宮殿のようなたたずまい。

### キャピトル広場

歴史的な建造物を利用した市庁舎を中心にカフェやレストラン、オペラハウスが立ち並ぶ広場です。車の乗り入れも制限されているので、多くの市民や観光客が自由にくつろげる空間となっています。



ポンヌフ Pont Neuf

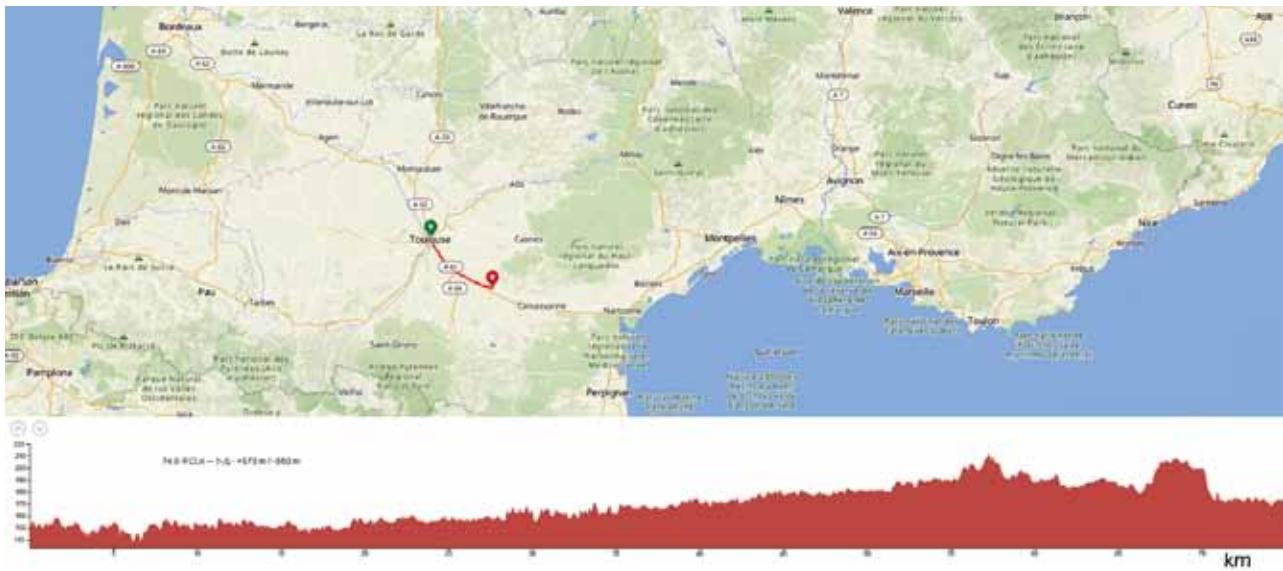
パリの中心を流れるセーヌ河にかかるポンヌフは有名ですが、ポンヌフと呼ばれる橋は割と各地に存在する。フランス語で「新しい橋」という意味なのだが、パリのポンヌフ同様、トゥールーズのポンヌフも16世紀に着工され1年近くかけて建設されている。この橋も丈夫で強度があり、「ポンヌフのように頑丈」という慣用句にも使われる。

## DAY2

Toulouse

Castelnau-dary

トゥールーズ ⇒ カステルノーダリ 74.9km / 自転車



## DAY2 インプレッション

トゥールーズの市街地とポンヌフはミディ運河沿いの道に入る前のいわば寄り道。少し戻るようなルートを経て今回の本ルートに入った。運河沿いに入ると歩行者とサイクリストの専用道だ。散歩する人、ジョギングする人、運河沿いでくつろぐなど見かけでも、季節柄かサイクリストは少ない。だがそれらもトゥールーズ近郊まで、街を離れるにつれ人の気配はなくなった。

この日の路面はしっかりした小砂利の舗装路から未舗装路、数世紀も前の石畳や、工事中のぬかるみまで様々。少しづづ標高を上げていくプロフィールだが、実感としてはほぼ平坦、ただ、定期的に橋を超えることになりその時に小さなアップダウンを超えることになる。これが一日の終わりごろに効いてくる。

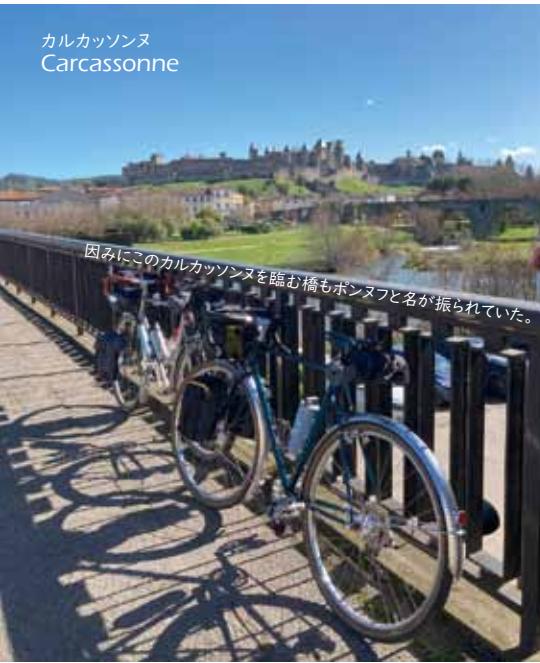
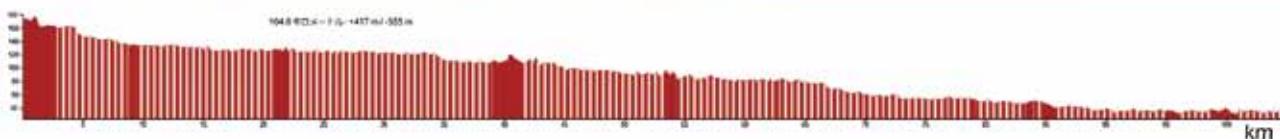


# DAY3

Castelnau-dary

Le Somail

カステルノーダリ ⇒ ルソマイユ 104.6km/ 自転車



## DAY3 インプレッション

この日のルートはほぼ下り勾配ではあるものの、100キロ以上の行程の概ね90%が未舗装路だ。しかも、ルート上には、古城の街・カルカッソンヌや、1678年に建造されたサン・ロッシュ水門、また、ピレネー山脈が間近に望める絶景ポイントもあり大いに楽しめる。ただ、郊外の運河では護岸工事や補修工事をしている箇所も少なくなく、降車したり、迂回したりと、実際は予定よりも走行距離は幾分伸びた。おかげで自転車は泥だらけ、宿についたのは日没を過ぎてからとなった。

花はもとより、新緑もまだまだ季節ではあるが、晴天に恵まれ、大きな並木からは小鳥たちの歌声が絶えず聞こえる。地層むき出しの岩山を眺めてもフランスが大陸であることを実感し、古い石造りの橋を超えるたびにそれが造られたであろう時代に思いを馳せる。ペダルを回しながら自転車で旅をする楽しさを味わい、自転車だから見れる景色を堪能した。



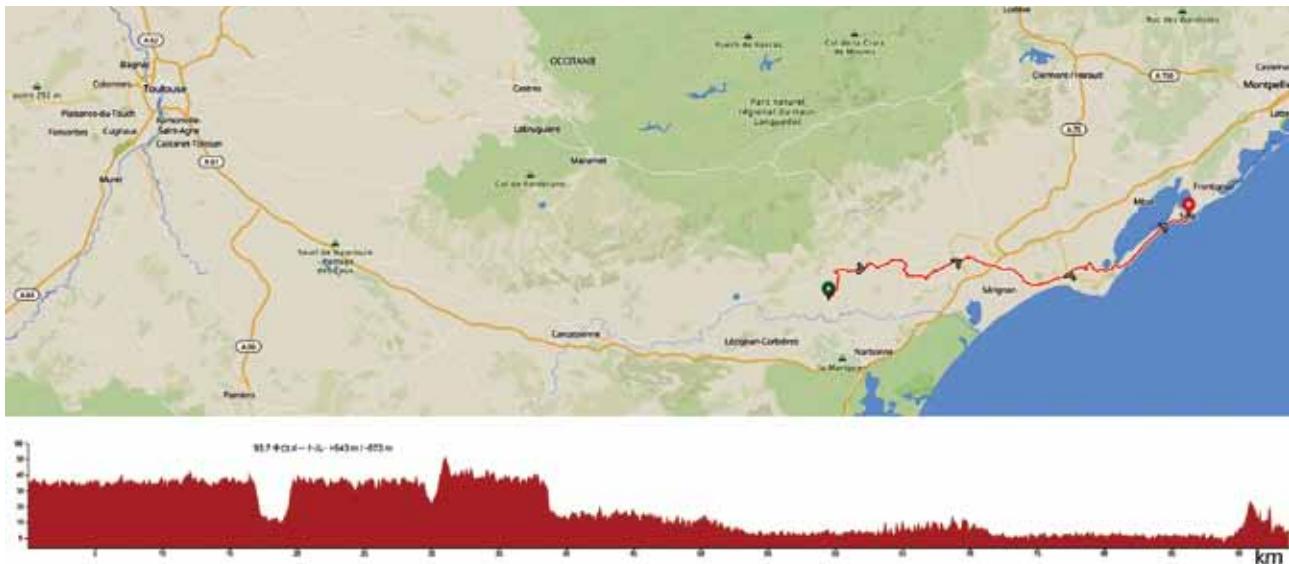
# DAY4

Le Somail

Sète

ルソマイユ ⇒ セート 93.7km/ 自転車

ENJOY THE RIDE

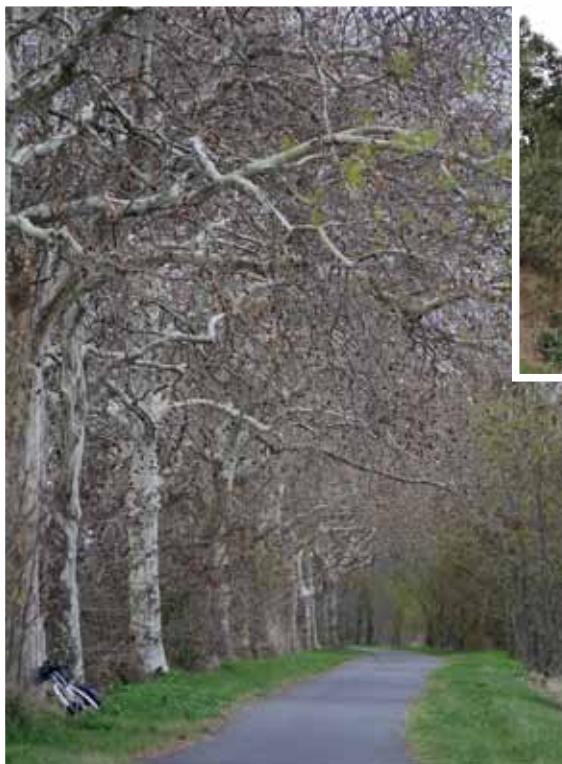


## Le Somail ルソマイユ

ルソマイユでの宿はいわゆる民泊を利用した。シーズン中は家一棟を2~3組の客で共有するのだが、このシーズンは私たちしか客はおらず、ゆったりと利用することができた。隣に住んでいる大家とは到着したとき、朝食のときに少し会話を交わしたが、私たちの荷物の少なさに随分驚かれ、美しい旅と称してくれた。

というのも、ルソマイユはシーズン中は運河沿いを走るサイクリストたちの多くが利用する街で、彼らの多くは確かに自転車でやっては来るものの、荷物は彼ら自身よりも先にバスで運ばれてくるという。また、それが凄い量なのだそうだ。

トゥールーズの街を出てから、その迫力に圧倒されていたプラタナスの並木は、いつの間にか大きなパインの並木へと植生を変え、そして、そのうち周りには一面のブドウ畑が現れた。Languedoc-ラングドックというこの地域はお手軽なワインの産地として有名だ。



#### DAY4 インプレッション

この日の観光スポットは9つの水門によって20m以上の高低差をクリアさせているフォンセランヌ水門だ。そこからベジエの街に下りれば、地中海に面するトーレ湖まではすぐだ。そして、いよいよ海が近いと感じた高速道路わきのため池のようなところで今回の旅のテーマであった野生のフラミンゴを見つけた。

楽しみにしていたトーレ湖の畔は、一帯がバカンスを過ごすためのリゾート別荘地でヨットやコンテナタイプのコテージで埋め尽くされていた。だけど、私たちが訪れた時期はオフシーズンなのでほとんど人にも出会わない。公衆トイレにも鍵がかかり、用を足すこともできず、ただひたすらに走るのみとなった。おまけにその日の夜から雨の予報が出ていて風が強い。やっとの思いで港町・セートの宿にチェックインした直後、嵐のような風雨となった。今、思い返してもギリギリセーフのタイミングだったな。

セートはフランスのベニチアと呼ばれるだけあって明るい雰囲気の港町だ。嵐でもその明るさは伝わってきた。

本来の予定では翌日はカマルグまで走る予定であったが、嵐に見舞われ、セートからモンペリエまで電車で移動し、そこでレンタカーを借りた。



フォンセランヌ水門

9つの水門によって20m以上の高低差をクリアさせている。  
Canal du Midi 最大の見せ場的なスポット。





Mediterranean Sea

## サイクルグランボア株式会社 直営店 アイズバイシクル

〒616-8005 京都市右京区龍安寺塔の下町1-8

Tel: 075-461-0835 Fax: 075-461-0836



ホームページ



フェイスブック



インスタグラム



マップ

Take a trip on a bicycle.



Étang du Mas de l'Ange  
Camargue

## サイクルグランボア株式会社 直営店 アイズバイシクル

〒616-8005 京都市右京区龍安寺塔の下町1-8  
Tel: 075-461-0835 Fax: 075-461-0836



ホームページ



フェイスブック



インスタグラム



マップ