

ライディングレッスン in ジュニア 2023/6/24

このレッスンはジュニアコースで、講師のアドバイス受けながらスキルアップを目指す内容です。ジュニアコースは1周1.6kmで速度域もそこまで高くないので、スーパースポーツ車でなくても十分楽しめるコースレイアウトになっています。

朝一から昼前まではフリーで慣熟走行で身体慣らしをしてからレッスン開始です。

コース内・先導・追走で講師が参加者の走りを見てアドバイスします。

最後にはなかなか機会のないグランプリコースの体験走行もありますので、一日存分に走れます。経験の浅い方からレース参加者までその人に合ったアドバイスをするように努めます。

●必要な装備

フルフェイスヘルメット(スネル規格・JIS規格。システムヘルメットは不可。)

革ツナギ(ファスナーで上下繋がるタイプのセパレートはOK。)

革グローブ(手首まで隠れるもの。)

革ブーツ(くるぶしが露出しないもの。)

ヘルメットリムーバー・脊椎パッド・チェストガードは装着推奨します。

走行前あごひもを確実に締めているか今一度点検して下さい。

●参加車両について

ドレン・オイルフィルター・フィルターキャップはワイヤリング推奨(締付は要確認。)

クーラント漏れがないか要点検。

古いタイヤ(目安として4年以上経過)はグリップ力低下の恐れがあるため交換推奨。

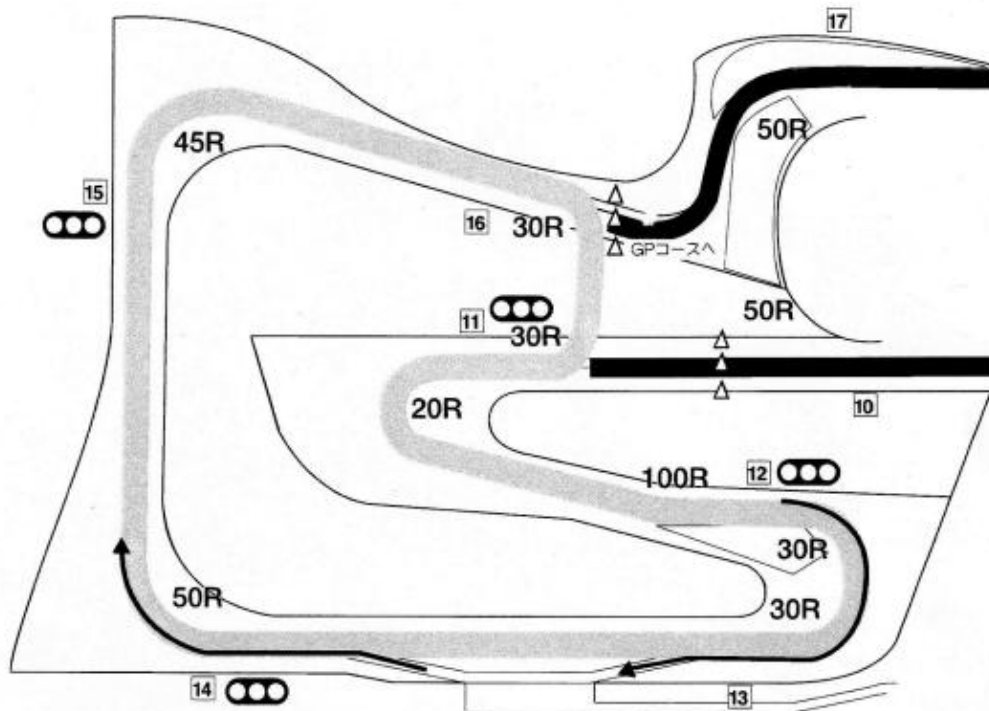
タイヤ空気圧の点検(推奨空気圧のない市販タイヤの場合、2.0kg~2.5kg位)

チェーンのメンテ(オイルはさしていますか? 遊びの調整は適正ですか? 張り過ぎるとリヤショックが沈みにくくなるので、調整範囲の中で緩めに張ることを推奨します。)

ステップバー・シフトリンケージの緩みもチェックしてください。

ミラー・ナンバープレートなど保安部品は外せるものは外してください。

テープリングは、ヘッドライト・ウインカー・ミラー・テールライトの他、ナンバー灯・リフレクターもしてください。



コースインの時、目視で安全を確認して手や足で合図してからコースインしてください。立ち上がってくる車両が多い場合はピットロードで一時停止しても構いません。そして1コーナー立ち上がるまではアウト側(左側)をキープしてください。いきなりイン側(右側)によると接触の危険があるため必ず守ってください。

ピットインするときは最終コーナーのアウト側(左側)をキープして手や足で合図をしてください。左ヘアピン立ち上がるまでは通常走行して、最終コーナーに入るときからアウトに寄って速度を落とすようにしてください。

コースイン直後はタイヤが温まりきらないので気を付けて走ってください。特に左コーナーは1個なので、ヘアピンは特に注意してください。

速い人は前の人動きを見ながら抜いていきます。それぞれの技量に合わせたペースで走ってください。後ろから速い車両が来てもよけるとかえって危険なので、前をしっかりと見てコース幅をちゃんと使って遠慮せずに走ってください。