

7:30~8:00 参加者集合 <ゲートオープン AM6:00> <サポーターの皆様へ>参加2回に1回程度AM7:00頃に来場し、テント設営・受付・車検の手伝いをお願いします。

8:00~8:40 受付・車検

8:50~9:00 全体ミーティング ■クラス表示 基本マスタークラス <F>ファンライドクラス <R>レース系クラス

9:00~11:50

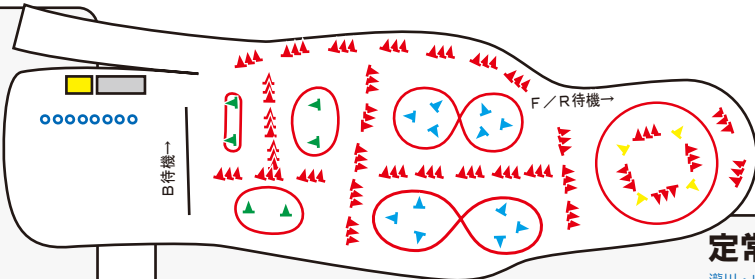
基本レクチャー

土橋・藪田

初参加の方にはまず基本となるフォームやライティングのポイントをレクチャー。その後、パイロン往復での実走行をインストラクターがチェック、個別にレクチャーを行います。

2回目以降の参加者の方には課題に応じてオーバルや8の字での走行練習を行います。

また練習課題についてご希望があれば可能な限り対応させて頂きますのでお気軽にご相談下さい。



定常円走行練習<F・R>

瀧川・呉本・藤田

今回は加減速がほぼない状態での旋回の練習をして頂くため定常円コースと回り込んだ8の字をひとつづつ。定常円での練習をより実践的な走りにつなげるためのワイド目の8の字をひとつ。

以上3つのコースを設定します。

具体的な練習目的は参加者によって異なりますが、例を挙げると

- 普段やっていないスタイルでのライティングの練習
 - シッティングポジションやマシンへの入力の仕方などフォームを見直してコントロールのレベルアップを目指す。
 - マシンセッティングの見直し
 - より深いバンクへのトライ
- などなど、インストラクターと相談の上各自の目的に応じた練習を行って下さい。

定常円コースではレベル別に2~3人ずつのグループに分かれて走行、8の字コースでは基本1名ずつ(同じペースでの走行が可能な知人との場合のみ2名まで)での走行としますが、転倒やミスに対応可能な車間を空けて走行して下さい。

<受付・車検>

コースター(バス)付近にて行います。

★自走参加者用のテントは雨天の場合のみ設置します。

Dコースには屋根付きのピットはありませんのでテントをお持ちの方は出来るだけご持参願います。※設営時は風で飛ばされないようしっかり固定して下さい。

12:00~12:50 昼食/休憩

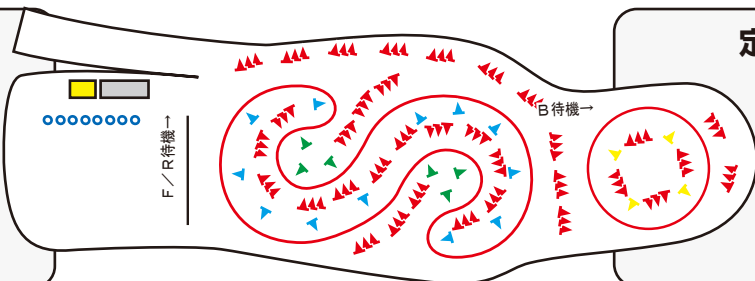
★昼食は各自ご持参願います。

13:00~14:00

ミニコース練習<F/R>

瀧川・呉本・藤田

午前中の定常円走行での練習を更に実践的な走行に活かすため、回り込んだコーナー設定のミニコース練習を行います。



定常円走行練習

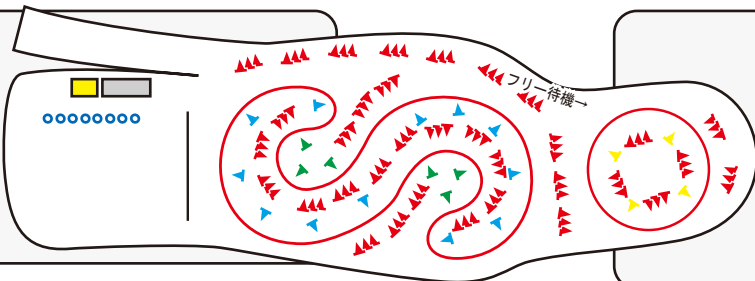
土橋・藪田

コーナリング中のフォームの確認やスキルのレベルアップを目的とした定常円での走行練習を行います。

14:10~15:30

ミニコース練習 <全クラス>

レベル・クラス別に別れて約10分程度のミニコース走行練習を行います。基礎練習スペースも残しておきますのでご希望の方は反復練習をしてもらえます。



フリー練習エリア <全クラス>

今回のフリーエリアは定常円設定で自主練習をして頂けます。間隔を空けて2台まで走行可。自主練習をご希望の方は待機場所で順番に待機して下さい。待機されている方がいる場合、走行は5分以内程度でお願いします。

15:40~ 閉会式

Dコースは走行終了時間が早いので、閉会式終了後出来るだけ早めに撤収できるよう、あらかじめ準備して頂けるようご協力お願いいたします。

★ゼッケンを貸し出した方は閉会式時にご返却願います。

★ピットは汚さないよう使用し、もし汚してしまった場合は必ず綺麗に掃除して下さい。

★ゴミは各自お持ち帰り下さい。

★タバコのポイ捨てなどは絶対に止めて下さい。

16:00~ メンテナンス勉強会(雨天中止・希望者のみ)

閉会式終了後希望者のみを対象に基本的なメンテナンスの勉強会(約30分~1時間以内程度)を行います。今回はピンポイントでスポークのメンテナンス。環境によってバストなやり方が違うケースもあると思いますので、一方的なレクチャーではなく意見交換会のような形にできればと考えています。