

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

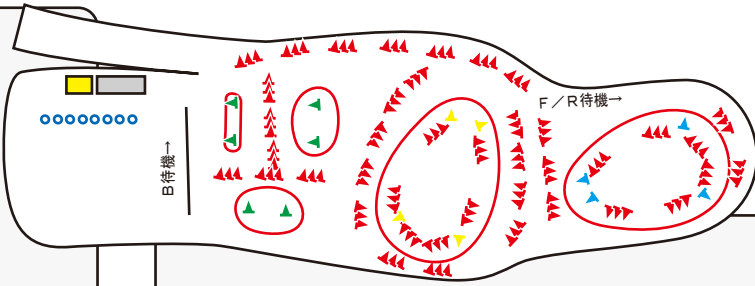
基本レクチャー

藤田・萩田

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いただきますのでお気軽にご相談下さい。



変形オーバル練習<F・R> 土橋・瀧川・呉本

今回は共通の課題を設定せず参加者それぞれの課題や目的に応じた練習をして頂けるよう大きさの異なるRを持つ少し大きめの変形オーバル設定をご用意しました。フォームの矯正やバンクングのスピードアップ、より深いバンク角へのトライ、ドリフト練習など、いろいろな練習ができると思いますので、インストラクターと相談の上目的に応じた練習をして下さい。

レベル別に2~3人ずつのグループに分かれて走行しますが、転倒やミスが起きる可能性が高いため同時に走行するライダーとは間隔をあけて走行するようにして下さい。

<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

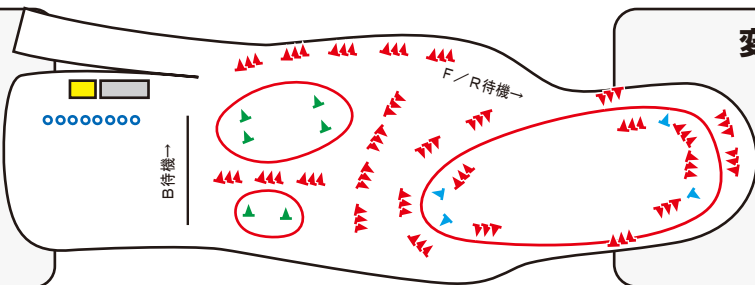
★昼食は各自ご持参願います。

13:00~14:00

基本レクチャー

藤田・萩田

少し大きめのオーバルを設定してより実践的な走行練習を行います。



変形オーバル練習<F・R>

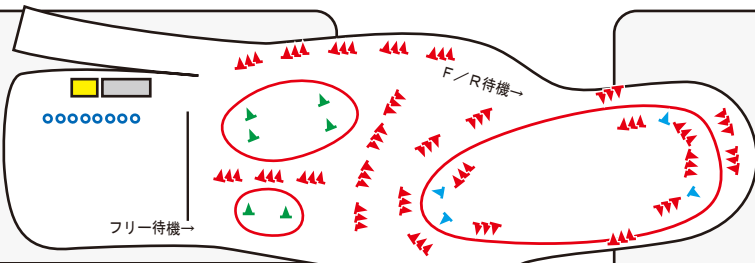
土橋・瀧川・呉本

午前中変形オーバルコースをそのまま大きくしたような設定でより高いスピードレンジでの練習を行います。

14:10~15:30

フリー練習エリア <全クラス>

今回のフリーエリアはオーバル設定で自主練習をして頂けます。間隔をあけて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をして下さい。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。



変形オーバル練習 <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。

★今回はレース系のみラストの素行枠でスタート練習を行います。

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をお願いいたします。

★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。今回はリアホイールの脱着やチェーン関係などを中心にメンテナンス作業の基本的な注意点をピックアップする予定です。環境によってベ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。