

REPORT

報告書

10月12日 フォーミュラトレーニング


Junior Drive
Shiraishi Racing School



SPORTS KART

Rental Kart Land ISK

舞洲スポーツアイランド


PRO e-RACING DRIVERS

GARAGE38
Luce ed ombra


Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

■トレーニング実施プログラム

●受講ドライバー

杉田悠真 岡野裕介 辻野笑太

- 9:30～ 集合（広場現地にて）
- 9:45～ 基本操作説明（エンジン始動～発進/停車～エンジンオフまでの流れ）
シフト方向トレーニング（車両のリヤをジャッキアップし、駆動させながら各ギヤのシフト方向を学ぶ）
- 10:00～ ドグミッション慣熟走行① 10分×3名 ロングストレート 3速ギヤまで
- 11:00～ ドグミッション慣熟走行② 10分×3名 ロングストレート 5速ギヤまで
- 12:00～ 昼休憩
- 13:00～ ブレーキング訓練① 10分×3名 ロングストレート（シフトダウンしながらのヘビーブレーキ ③→①）
- 13:45～ ブレーキング訓練② 10分×3名 ロングストレート（シフトダウンしながらのヘビーブレーキ ④→①）
- 14:30～ Aコース練習走行① 10分×3名
- 15:15～ ロガーチェック
- 16:00～ Aコース練習走行② 10分×3名
- 16:45～ ロガーチェック
- 17:00～ コース清掃 & 車両ワックスかけ
- 17:30 解散



第2期生初のフォーミュラ走行

8月にMT車のトレーニング訓練をクリアし、今回フォーミュラの実技訓練にステップアップする3名のドライバー。杉田悠真（12）、岡野裕介（12）、辻野笑太（14）以上の3名が受講しました。

86トレーニングでは助手席に講師が乗りアドバイスを受けながらの走行でしたが、ここから一人きりでマシンを運転することになります。

まず最初にフォーミュラマシンのギヤ方式（ドグミッション）に慣れるところから始めました。後輪をジャッキアップし、エンジンをかけた状態で正しい方向にギヤチェンジをする訓練です。このギヤは方向さえ間違えなければクラッチ無しで入るため、瞬間的にシフトチェンジを行います。方向を少しでも間違えてしまうとギヤを痛めることになるため、特有のコツが必要となります。そして迎えた初走行。マシンに乗り込む前の表情は緊張に満ちていましたが、走り終わると笑顔で楽しかったと言えるほど喜んでいました。午後はAコースでサーキットトレーニングを実施。それぞれのログを比べて分析を行いました。



【トレーニングを終えて】

“こどもの適応力”を改めて知らされる日となりました。

午前はシフトミスを連発し大苦戦していたのが、午後から急にコツを掴みほとんどミスなくシフト操作ができるようになりました。

この日を心待ちにしていた3人でしたが、爆音を轟かせるフォーミュラマシンを前に緊張しまくっていた様子でした。

ここでは運転の楽しさを教える場所であり、同時にこのスポーツの危険を知ってもらう場所でもあります。

彼らがフォーミュラドライバーとしての自覚を徐々に持つようになる姿が楽しみです。



Junior Drive講師 白石勇樹

DRIVER PERFORMANCE

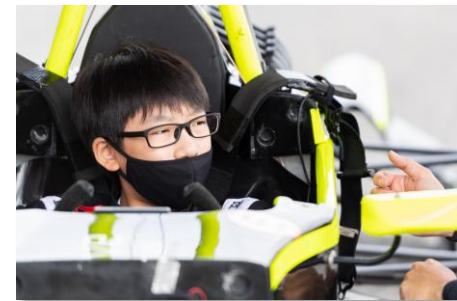
Yuma - SUGITA (12)

午前中最もギヤチェンジに苦戦していた杉田。しかし昼休みを終え午後一本目から急にコツを掴んだのか、スムーズにシフト操作ができるようになり、最後は首位タイムでこの日のトレーニングを終えました。



Yusuke - OKANO (12)

走り始めは最もシフト操作が上手くできていた岡野でしたが、途中から2速→3速へのシフトアップに苦戦し、そこから流れが変わってしまいました。次回これらを克服し、攻めの走りに期待したいです。



Shota - TSUJINO (14)

午前はシフトに苦戦し、自信を落としてしまっていた辻野。しかし昼から少しずつ成功率を高めていき、ミスの回数は大幅に減らせました。しかしタイムを意識した途端に、基本操作を忘れてしまうので、それが今後の課題です。





Junior Drive

Shiraiishi Racing School

