

# REPORT

報告書

5月17日~18日 フォーミュラトレーニング

  
Junior Drive  
Shiraishi Racing School



SPORTS KART  
  
Rental Kart Land ISK

  
mizuno

  
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 1日目

- 9：45～ 集合（広場現地にて）※各自スーツへの着替えが完了していること
- 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 1～3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 1～3速ギヤまで
- 12：00～ 昼休憩
- 13：00～ Aコース練習走行① 10分×3名
- 14：00～ Aコース練習走行② 10分×3名
- 15：00～ Aコース練習走行③ 10分×3名
- 15：50～ ロガーチェック
- 16：00～ Aコース練習走行④ 10分×3名 （車載カメラ搭載）
- 16：50～ 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

## ■ トレーニング実施プログラム 2日目

- 9：45～ 集合（広場現地にて） ※各自スーツへの着替えが完了していること
- 10：00～ Aコース練習走行① 10分×3名
- 11：00～ Aコース練習走行② 10分×3名
- 12：00～ 昼休憩
- 13：00～ Aコース練習走行③ 10分×3名
- 14：00～ Aコース練習走行④ 10分×3名
- 15：00～ Aコース練習走行⑤ 10分×3名
- 15：50～ ロガーチェック
- 16：00～ Aコース練習走行⑥ 10分×3名 （車載カメラ搭載）
- 16：50～ 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

## 初のフルウェット走行

今回で2度目となるフォーミュラトレーニング。前回同様に三浦（14）、瀬川（11）、小野原（11）の3名のドライバーが受講しました。

初日の朝は大雨・強風により、安全を考慮し30分ほど開始を見送りました。雨が止み、路面コンディションの確認をし走行可能と判断した後には走行を開始。前回の課題をクリアするための2日間トレーニングがスタートしました。まず全ドライバーが苦戦していたドグミッションの課題をクリアすることから始まりました。午前の走行はストレート区間のみを使ったギヤシフトに特化したメニューを消化しました。確実に上達を見せるジュニアドライバーたち。午前の2セッションで前回よりもシフトミスが減らすことができました。

午後から、Aコースでの走行を開始。各コーナーでのスピードを徐々に高めていき、ラップタイムを確実に削っていきました。このコースでは深い水たまりが何か所もあり、それを避けるラインどりをしなければなりません。フォーミュラに乗るドライバー視点からは、真下の路面は見えなく、ここでしか鍛えられない特有なテクニックが必要だと感じました。

次第に路面も乾き始め、ドライとウェットが入り混じる難しいコンディションも経験でき、貴重な体験ができた初日となりました。



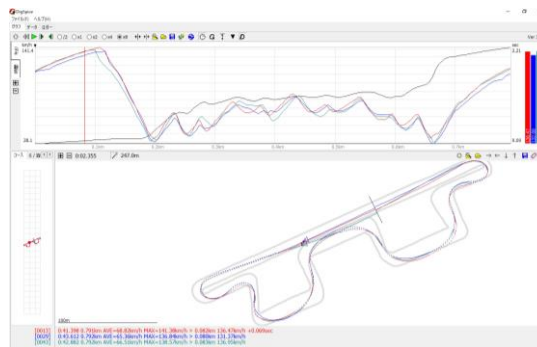


## Aコース攻略のための細かな分析

昨日と打って変わって気候は晴れ。前日からの雨により一部水たまりがあるものの、ドライコンディションで2日目スタートしました。

今回の2日連続で実施したのには理由があり、1日目の課題を一夜にしてどれだけアジャストできるのか？体力はどのくらいあるのか？を見るための連日開催としました。実際のレースウィークでは、金曜からフリー走行が始まり、土曜に予選、日曜に決勝という流れで行われます。連日により疲労した身体を一夜にしてリセットし、前日の課題をクリアしていかなければなりません。前日の走行データを分析し、各ドライバーのそれぞれの課題を明白にしていきます。走り終わっては、車載映像とデータロガーで走りの分析を繰り返し、細かな走りの修正を加えていきました。この日の午後、3選手全員がこの2日間のベストタイムを記録できました。

最後には、全ドライバーたちで2日間使用させていただいたコースの清掃を行いました。



## 【トレーニングを終えて】

2日間を通して、これまでで最も“こどもの成長の著しさ”を知る場面がありました。2日目に生徒が記録したラップタイムが、私自身が記録したタイムから、わずか0.5秒に迫るタイムをマークしたからです。データを見ると、トータルで講師の私が速いものの、コースの一部生徒の方が速い区間があり、改めてこどもの適応能力の高さを目の当たりにしました。

すべての生徒に言えることは、このスポーツに対して“本気”だということです。「このスポーツが本気で好きなんだな」「速くなりたいんだな」と夢中になっているその姿に魅了されました。

このような恵まれた環境を彼らに提供できるのも、ご協力いただける協賛社様のお蔭以外ありません。これからも、この環境を最大限に活かした次世代レーシングドライバーの育成に務めて参ります。

Junior Drive講師 白石勇樹



# DRIVER PERFORMANCE

## Naoto - **SEGAWA** (11) *Best Time: 41.398*

3名の中で、最もタイムが速かった瀬川。もともと後輪を滑らせるスタイルの走りのため、今回の滑りやすい路面コンディションでは、速さを見せました。ただ体力的には、他の2選手より劣り、後半の速さを維持することがこれからの課題です。



## Yuzuki - **MIURA** (14) *Best Time: 42.882*

他の2選手よりも年齢が上のためプレッシャーを感じている様子で今回のトレーニングでもやや出遅れてしまい焦りを感じていました。初日はシフトダウンに苦戦し、悩んでいたものの、2日目の後半でいきなり何かを掴み、課題であったシフトダウンをマスター。自信を取り戻して今回のトレーニングを終えました。次回への課題は安定したペースで走ることです。



## Yu - **ONOHARA** (11) *Best Time: 43.612*

慎重な性格のため走り出しの前半のペースが他の選手より劣るも、ハイスピードからのブレーキングは誰よりも奥まで突っ込み、3名の中で最も制動距離が短く得意としています。前半のペースを上げることがこれからの課題です。タイム計測ラップで小野原のみ雨がばらつき、タイムは伸びなかったのが、次回大きくタイムを削ってくると考えられます。





# Junior Drive

Shiraishi Racing School

