



インストラクター

坂田 和人(スカラシップ校長) / 青山博一 / 小山 知良

メカニック

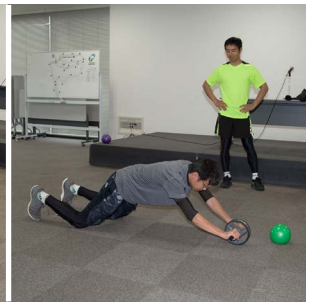
工藤 広之



2017年第2回『MUSASHi RT ハルク・プロ スカラシップ トレーニング』が5月下旬に栃木県ツインリンクもてぎで開催されました。

朝方から雨が降り続き、集合時間では少し肌寒いくらいの気温でした。朝のブリーフィングを行い、3名インストラクターが口を揃えて「ウェットコンディションから学ぶことは多い」と伝えました。

第1回に続き、この日も最初のトレーニングは室内でフィジカル面を鍛えました。様々な部位を鍛えられるよう、インストラクターが指導。約2時間ほどいい汗をかきました。



午前 ブリーフィングルーム / 体幹トレーニング

ストレッチなどの柔軟体操を行い、その後はバランスボールを使用しての体幹トレーニング。

スムーズなライディングを修得

午後は南コースに移動し、バイクの基本的な操作を繰り返し練習しました。

丁寧なライディングが求められるウェットコンディションということもあり、慎重な走行でスタート。いつも以上にデリケートな操作を意識していることも全員、スムーズなライディングがトレーニングの中でできるようになっていました。



午後 南コース / 専有走行

パイロンを使用してのスラロームやブレーキング練習。南コースで様々なコース設定をしての練習走行。