

## SPA直入ライディングスクール

### タイムスケジュール **パターン4(ヘアピン攻略・メリハリラインの習得)Ver**

時間	カリキュラム	内容
7:30~8:20	受付・マシンチェック	お申込受付と安全の為、走行車両のチェックを行います
8:20~9:10	☆初級クラス 開校式・走行前レクチャー	各インストから挨拶～ライディングフォーム・セッティングレクチャーを行います(場所:各ピット)
	★中上級クラス 開校式	各インストから挨拶～座学～ミーティングを行います(場所:ドリンクコーナー)
9:10~9:20	ストレッチ	走行前に身体を解しましょう!(場所:パドック)
9:20~9:45 (初級クラスは9:10から)	☆初級クラス ミーティング(9:10から)	サーキット走行前の座学～ミーティングを行います(場所:ドリンクコーナー)
	★中上級クラス 先導・ウォームアップ走行 ～フリー走行	走行ライン先導・身体の慣らしも一緒に!
9:50~10:15	☆初級クラス 先導・コースツーリング ～フリー走行	走行ライン先導・身体の慣らしも一緒に! フリー走行でコースに目を慣らしてください。
	★中上級クラス	休憩
10:20~11:25 ★中上級クラス (後方からのビデオ撮影)	☆初級クラス 基本ライディング(11:10まで)	パドックでパイロン走行&8の字・スラローム走行 低速急制動トレーニング・膝スリ体験プログラム
	★中上級クラス マンツーマン走行	担当インストによる マンツーマン走行&フリー走行
11:25~12:40 ☆初級クラス (後方からのビデオ撮影)	☆初級クラス マンツーマン走行	担当インストによる マンツーマン走行&フリー走行
	★中上級クラス 走行後レクチャー	マンツーマンアドバイス インストとフリーディスカッション(ドリンクコーナーにて)
12:50~13:50	昼食	<b>ライセンスパックの方は13:20~13:40で講習を行います</b> (場所:事務所横講習室)
14:00~14:20	コース観察 ヘアピン攻略 実走行確認	コース内へ実際に出てインストラクターによる コース攻略レクチャー
14:30~14:50 (課題走行)	★中上級クラス	加速重視のメリハリライン習得
14:50~15:10	☆初級クラス	担当インストによる マンツーマン走行&フリー走行&タンデム走行
15:10~15:30 (課題走行)	★中上級クラス	加速重視のメリハリライン習得
15:30~15:50	☆初級クラス	担当インストによる マンツーマン走行&フリー走行&タンデム走行
16:00~16:25	★中上級クラス	インストラクターと模擬レース その後フリー走行(フリー走行だけでも可)
16:25~16:50	☆初級クラス	
17:00~	閉校式	

注:当日はマシン整備をする時間がないので前日までに終了させてください。

天候、その他の理由でタイムスケジュールが変更になる場合がありますのでご了承ください。