

# 11月4日(月祝日)開催！KMAライディングレッスン



- ・開催日 平成25年11月4日(月曜祝日)  
AM9:30~PM4:00(AM9:00集合)
- ・会場 神奈川ドライビングスクール会場
- ・参加費用 ¥5,000- / 1名(昼食代、消費税込み)
- ・参加定員 先着30名

※ご参加には事前のお申し込みと参加費のお振り込みが必要です。  
別紙「参加申込書」をご参照下さい。

## 今回のテーマは... 「総合基本練習」

加減速トレーニング！スラロームトレーニング！オーバルコーストレーニング！  
8の字走行トレーニング！今回も基礎から総合トレーニングメニューをそろえました！  
上手くなればバイクはもっと楽しくなります！皆さんぜひご参加ください！！

### STEP 1

#### スラローム&ステップワーク &セルフステアアの再確認

「どうしたら曲がれるの？」の基礎を練習する事でコーナリングのきっかけづくりを学びスムーズな走行のトレーニングをします。

バンクすることの恐怖心も低減します。

### STEP 2

#### オーバルトレーニング

最初は一定の速度で周回しコーナリング中の姿勢や目線をチェック。

慣れてきたら直線区間でメリハリのある加減速も加えて練習します。

- <目線の送り方>
- <コーナリングの姿勢>
- <加速&減速>

### STEP 3

#### 8の字走行

スムーズな旋回にはバランス、スロットルワーク、目線などの確な操作が必要です。

無理のない速度で練習する事で自分のライディングを再確認し、さらなる上達を目指しましょう。

- <目線の送り方>
- <コーナリングの姿勢>
- <スロットルワーク>

### STEP 4

#### 複合ターン&総合トレーニング

ツーリングなどでも遭遇して、時々「ヒヤッ」とする複合コーナー。

一日の仕上げにシュミレーションをしてみましょう。自分の描くイメージ通りに走れたら、ツーリングがもっと安全に楽しめます。

- <目線の送り方>
- <コーナリングの姿勢>
- <スロットルワーク>
- <ブレーキング>



## 協力:神奈川ドライビングスクール会場

(横浜市南区中村町5-312)

※当日はこのレッスンだけの占有スペースなので、安心してご参加下さい。  
※近隣民家が隣接のためマフラーの音量にご注意ください。