

2013 年アカデミー年間スケジュール

Road Race Academy in Motegi

日程	使用コース	予定時間	内容
① 3月31日(日)	オリエンテーション		
② 4月13日(土)	マルチコース	9:00~17:00	ライディングの基礎を学ぶ。 *下半身の使い方 *目線
③ 5月12日(日)	南コース 北コース	9:00~17:00 12:35~13:25	ブレーキ(止める)・アクセル(走る)の練習。 低速→高速の反復練習。
④ 6月15日(土)	南コース	9:00~17:00	午前中はブレーキ・アクセルの練習。 午後からはオートバイを旋回させる事を学ぶ。
⑤ 6月16日(日)	南コース	9:00~17:00	ブレーキ(止める)・アクセル(走る)・旋回(曲げる)を 反復練習してスキルアップをはかる。 *スタート練習をする。 上達具合を確認して模擬レースをする。
※ 6月30日(日) 全日本ロードレース選手権筑波大会に併催される「ルーキー&レディース」に任意選択で出場する。			
⑥ 7月27日(土)	北コース ロード	9:00~16:30 12:30~13:15 16:30~18:00	ロードコースデビュー(レコードラインの習得) 北コースがメインになり、スキルに合わせたグループ 分けをして、実践的なトレーニングをする。
⑦ 8月17日(土)	南コース ロード	9:00~17:00 12:10~12:50 17:00~18:00	ロードコース高速トレーニング(No. 1) 南コースがメインになり、より高速でのトレーニングを する。
⑧ 8月18日(日)	マルチコース ロード	9:00~17:00 12:10~12:50 17:00~18:00	ロードコース高速トレーニング(No. 2) マルチコースで基礎練習をしながら、ロードコースで 高速トレーニング。
⑨ 9月8日(日)	南/マルチコース ロード	9:00~16:00 16:45~18:00	南コースで模擬レースを繰り返す。 夕方はロードコースでトレーニング。
⑩ 9月23日(月/祝)	南/マルチコース ロード	9:00~17:00 11:00~12:00 16:00~17:30	卒業レース 南コースで基礎練習をし、その後ロードコースで レースを開催する。

この他、多くのトップライダーも取り入れている練習方法であるオフロードも体験していただくため、モトクロス1dayスクール(別料金)も予定されております。

※天候 他 諸事情でスケジュールが変更される場合もあります。