

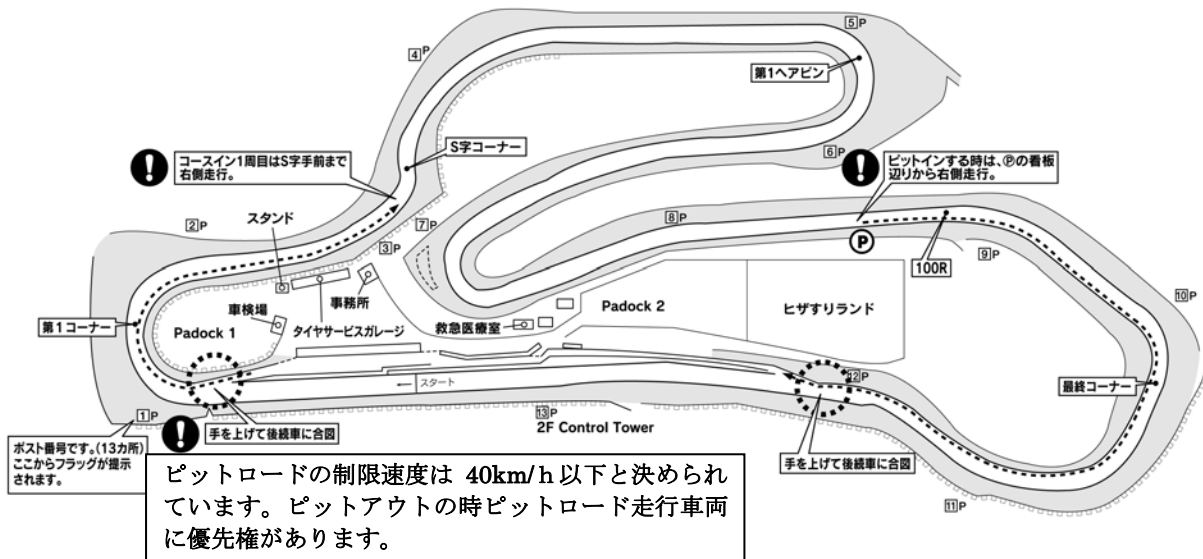
◇サーキットのルール

①逆送の禁止	サーキットは一方通行です。セーフティゾーンやピットロードも同じです。
②不用意な減速や停止の禁止	通常減速しないポイントでの急な減速や停止は非常に危険です。
③不必要なラインチェンジ	急なラインチェンジや極端にレコードラインを外した走行は非常に危険です。 レコードラインから外れるときは、後方を確認して後続車に合図を送ってください。
④速度差の違うマシンの 追い越し	追い越し場合は突然のラインチェンジ、コーナーへの進入のアプローチでの接触などを予測し余裕を持って「前を走行するライダーの予期せぬ行動」に注意し無理な追い越しをしないこと。追い越される場合は直前になって突然のラインチェンジをしないこと。後続車に気づいても走行ラインはそのまま維持して走行した方が良い。

◆コースイン・コースアウトの仕方




コースインは後方を確認してS字手前まで右側を走行する。いきなりレコードラインを走行するのは非常に危険です。

コースアウトするときは「P」の看板回りから後続車に手や足で合図をして右側を走行する。この時急にスロー走行するのは非常に危険です。



◆シグナルについて (重要)

サーキットを走行する場合、最低限のフラッグの意味は理解しておいてください。

黄旗	赤旗	緑旗
		
意味：危険信号 対応：ペースダウン 追い越し禁止	意味：大事故や天候の急変、走行中止 対応：ピットに戻る	意味：先に出された合図の解除 対応：競技続行
チェッカー	黒旗+サインボード	オイル旗
		
意味：走行終了 対応：1周してピットにもどる。 追い越し禁止	意味：マシントラブルや規則違反で走行を停止。 対応：速やかにピットイン	意味：コース表面滑りやすい。 対応：前方注意

◆走行前の準備

①マシンのチェック	「ドレンボルト」「オイルエレメント」「フィルターキャップ」にはワイヤーロックを推奨します。ワイヤーロックができない場合はゆるみがないか等を確認してオイル漏れがおこらないように注意してください。「スタンド」「タンデムステップ」「ライト・ウィンカー」などは出来るだけ外してください。ライトなど外さない場合は飛散防止のためガムテープで <u>レンズ全面を貼ってください</u> 。
② ストレッチング	装備を付ける前には準備運動をしておきましょう。関節部分・首・腰・肩・手首・ひじ・足首など特に伸ばしておくこと。
③ 慣熟走行のすすめ	コースインしての何周かは自分の体を慣らし、マシンの状況をつかむために慣熟走行が必要です。スピードに目と体を慣らし、タイヤが十分に暖まるまではペースを落として走行し、不用意、不必要な転倒を防ぎましょう。

◆転倒回避の方法

①突っ込み過ぎたら大回り	初心者の転倒パターンで最も多いのが自分の操作ミスでパニックになったときです。突っ込みすぎて瞬間パニックになり、視線がコース外側のラインに釘付けになる、そしてそのまま真っ直ぐコースアウトというパターンです。その時、本来曲がれる速度まで減速出ていることが多く、最後まで諦めず視線を自分の走るべき方向に向け、落ち着いてコースのアウト側を走行すればコースアウトを免れることがよくあります。
②握りゴケの防止	コーナーへの進入速度が高すぎ曲がれないと思ってついフロントブレーキを握り、そして転倒となります。またリヤブレーキをロックさせ再度開放するとハイサイドの原因となってしまいます。突っ込み過ぎやオーバーペースは無理に止めようとせず大回りに切替えましょう。
③オーバーペースのスリップダウン	コーナーへの進入速度が高すぎて曲がれないと思ってさらに寝かすと、タイヤの限界を超えてスリップダウンします。無理にマシンを寝かしていつものクリッピングポイントを通過しようとせず、ラインを換えて大回りすれば転倒を回避できます。
④ハイサイド防止の基本	コーナー進入でイン付きが早いと進入速度が速すぎる場合が多く、立ち上がりで無理なラインとなり加速すべき地点ですますますマシンが寝てくるため、無理な加速をするとパワーライドによるハイサイドを起こしやすくなります。 立ち上がりラインに乗せるためにコーナー進入ラインを設定しましょう。基本的にラインはアウト・イン・アウト、ペース配分はスローイン・ファーストアウトです。

◆転倒後の対応

①二次事故の防止	転倒したら後続車両の状況を踏まえ、状況判断をし、できるだけ速く逃げることを心がけてください。後続車両にひかれる二次災害は、単独転倒以上に危険です。特にオイルなどによる転倒は後続車も同じ所に次々と転倒してくる危険性があります。なるべく早くコース外へ待機してください。タイミングを見て、電気系統と燃料コックをオフにして火災の防止処置を行ってください。そして、オフィシャルと協力して転倒車両の撤去や散乱部品の回収を素早く行ってください。また、安全な場所に出るまではヘルメットを被ったまま行動しなければなりません。
②再スタート	マシンが走行可能な状態であるかどうか確認してください。オイル・水・ガソリンなどの漏れがないかどうかライディング操作に支障のある故障がないかどうか確認し、走行に危険がある場合は再スタートしてはいけません。
③再スタートの注意	再スタートが可能な場合、まずカウリング内の泥や草、砂利、グラベルをコースに落とさないようにマシンの状態を確認してください。コースに復帰する場合は後方を確認した後、コースに復帰し、いきなりレコードラインを走り路面を汚してはいけません。