

ウィズバイク

RSGライディングスクールへようこそ!

ウィズバイクライディングスクールへようこそ!! インストラクターのミナキです!
 コロナ騒動はまだまだ予断を許しません、しっかり感染予防をしてバイクライフを楽しみましょう!
 最近『RSGライディングチャンネル』というYouTubeを始めました(^^)/ ライディングに関する色々なことを配信しますので是非ご覧ください!
 さて今回と次回は2回に渡ってバイクライディングにとって**最も重要といえるブレーキ**について考えます(^^)/



ブレーキはライディングの中で『最も難しい操作』だということをしていますか!?

今回は・・・『いかに転ばずにスピードを落とすか!?!』これを考えていきましょう!!
 まずは最悪のブレーキを知ることで、ブレーキを理解し練習しましょう(^^)/

最悪のブレーキと呼ばれる『**パニックブレーキ**』では何が起きているのか!?
【フォークが一瞬で底つき】
 ★掛けた瞬間フロントタイヤロックでスリップダウン!!
 最悪前転も・・・

一気にMAX強度で握るとどうなるか・・・



- 【最悪なポイント】**
- ① ブレーキを一気に強く握る!
 ⇒ フォークが受け止めきれず、止まる所まで一気に動く事で、その力がすべてタイヤに掛かってくる。
 - ② パニックブレーキは、アクセルを開けている時に起こる!
 ⇒ フォークが伸びている所から、一気に沈み込むため、更に勢いが付き大きな力が発生する。★これが最も怖い部分!!
 - ③ ライダーが制動の準備が出来ていない!
 ⇒ 重心をシートへ残すホルドの暇がないので、ライダーの体重まで前タイヤに掛かってしまう。

バイクの莫大な慣性力を受け止めてくれるのは、**フロントフォーク**、そして最後はタイヤのグリップ力。正しいブレーキは、グリップを超えるような**慣性力が急激にタイヤに掛からないように、サスの沈みを感じながら掛けるもの**です。しかし急激なブレーキは、サスが止まるどころまで**一気に沈めてしまう**ためタイヤのグリップを失わせてしまいます。また前傾が強いSS車では、体重がすべてハンドルに掛かる事で、**前転のモーメントが働き**、前に落ちたライダーの上に愛車が落ちて来るといふ悲惨な事故も起こります(>_<)。

理屈から考えるブレーキとは...

- ① **アクセルを戻しフォークを沈める。《遊びをとる操作》(これは普通にしているはず)**
 ⇒ アクセルを開けるとフォークは伸びます。伸びている所は、フワフワと動きやすい場所(手ごたえもなし)。アクセルを戻す事でこのサスの遊びを取り、受け止めてくれる準備状態にする。
 *タイヤも同じ事が起こっています。サスの遊びの部分ではタイヤも潰れていないのでグリップ力も小さい。
 - ② **ブレーキレバーを軽く握りフォークを更に縮める。《受け止める力を上げる操作》**
 ⇒ サスが動いてストロークの中間あたりから更に受け止める力が強まる。その手ごたえはライダーにも伝わる。
 *サスが縮んでいるという事は、その下のタイヤも潰れているという事(グリップ力が上がってきた!)
 - ③ **ブレーキをじわっと強く握る。ホルドして体が左右に偏らないようにし、重心をシートに残す。《本制動》**
 ⇒ 制動の力をフォークが受け止めているのを常に感じながら入力をコントロールする。
 *スピードが落ちるごとにサスの沈みは少なくなり、タイヤの潰れも小さくなる(グリップ力低下)。またブレーキパットに熱が入り効きがよくなるので、それに合わせブレーキを緩めていかないとロックしてしまう。
- ★この感覚でブレーキが出来て始めてちゃんとしたブレーキが出来ていると言えます(^^)/
 (*写真のようにフォークにタイラップを巻いてどの位動いているのかを確認すると色々なことが分かります。)



どうです?!ブレーキは難しいでしょ!!ライダーのほとんどの方が②までのブレーキしか普段はせず、**強く握る感覚がないまま③(急制動)の場面に遭遇**します!!②の状態からでも一気に握ればやはり『**パニックブレーキ状態**』になります。自動車学校で急制動を練習し、**次の急制動に直面するのは本当の緊急事態という事**です!!それは止まりません・・・転びます・・・(>_<)

結論 サーキットスクールで練習しましょう(^^)/ ③のブレーキの感覚を安全に楽しく掴む練習はサーキットスクールでしか出来ません。そしてもっと重要なのが**止まれるスピードやバイクの限界を感覚的に覚えることが出来る事**です。



のんびり走るライダーにも緊急事態は訪れます。ライダーは自分の身は自分で守る心構えで行きましょう!
 次回は『コーナーリングに効くブレーキング』のお話です(^^)/

練習すれば体をずらしてフルブレーキも可能!

RSGショップ内にクシタニオープンしました!!オープンキャンペーンやっています(^^)/ ⇒ [RSGで検索]

【ライディングコーチ MINAKI】 RIDING SPORTS GARAGE 代表

西日本チャンピオンを経て1990年レースブームの真ただ中、国際A級へ自動昇格し全日本選手権を転戦。鈴鹿8耐に幾度も出場し完走。現役時代より教え出したら止まらない癖あり。現在は、ショップと各サーキットでの一般ライダー向けスクールを年間25回以上開催。コーチングノウハウを駆使してRSGレーシングを率い、同チームから多数の全日本ライダーを輩出。『RSGレーシング&スクールファミリー』で2015年2017年 鈴鹿8耐を無事完走!



profile

ライディング スポーツ ガレージ

〒811-1242 福岡県那珂川市西隈 4-9-5
 TEL 092-951-2299 FAX 092-951-2288

『RSGで検索』

RSG HP <http://rsg-sports.com>