

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!!

ライディングコーチのミナキです(^^)/ 最近は温暖化の影響かシーズンオフが確実に短くなった気がしますね。

地球の環境とオートバイ・・・難しい時代になってきました。あと20年もすればほとんどのバイクが電動になっているんでしょうね～

それでも全身を使って走らせるオートバイの魅力はなんら変わりません。オートバイは不滅です!

バイクブームの中、上手くなりたいたいおじさんライダー急増中!!

最近のRSGスクールの初参加はおじさんばかり(失礼!)。校長のミナキも還暦間近のおじさんなので親近感があってとても嬉しいです!
今回はそんな悩み多き「オジライダー」のためのライディングレクチャーです!!

*前回予告で「次回はサーキットでのサスペンションセッティングの話をする」と書きましたがごめんなさい! またそのうち・・・(^^);

若いころ元気よくバイクに乗っていた(^^)/

何故昔のように乗れないの～!?

理由 ① 失うものがなかったあの頃と、怪我の痛みも財布の痛みも知った今はメンタルが違うのです(笑)。まずは今の自分を受け入れよう!

理由 ② 実はあの頃のバイクより今のバイクの方が難しいのです。当時のバイクより大柄になり重心も高く、バンクさせるのに慣れや技術が必要。

バイクは初めて・・・または、昔乗っていたけど怖かった(>_<)

こんなにちゃんと乗れないもの!?

理由 ① 全身を使ってバランスを取りながら乗るのがバイクです。そんなに簡単では・・・。「全身を使って走る・・・」これはまさにスポーツですね。中年になって新しいスポーツを始めたと認識して下さい(笑)

理由 ② ビギナー向けのバイクをチョイスしていない。スポーツ初心者が上級者向けの道具を使っているパターン。左にも書きましたが、今のバイクは難しい車種も多いです。さて・・・バイクを変えるのか?腕を上げるのか?はあなた次第。

バイクが昔より難しくなった!?

僕の感覚では2000年辺りを境にスポーツ系のバイクの重心が高くなっていった感じがします(車高も高く)。タイヤが進化していく中でコーナリングをより小さく、速くする方向を考えた場合、タイヤのワイド化(深いバンク角)や高重心化がすすみ、どこも擦らないようにするために結果的にシート高も上がりました。

◆乗ってる位置(シート)が高く、重心も高いバイクをバンクさせるには、大きな遠心力とフロントタイヤの適度な舵角が必要。大きな遠心力には速いスピードが、フロントタイヤの舵角には技術が必要です。これじゃ昔みたいに乗れないわけだ・・・(^^);

オジライダーは頭と体の両方を使って走ろう!

運動会のお父さんがスピードに足がついていかず転倒!よく見る光景ですが若い人はあの転び方をしません。体を無意識にコントロール出来るからです。無意識に乗れないオジライダーは理論武装をしましょう!大人らしくまずは理屈を知りそして感覚に刷り込ませていきます。ただし理屈だけで走るのはとても危険!感覚あつての理論です。

◆まずは普通の運転が無意識に出来るように距離を乗りましょ!これは人間が歩いたり走ったりする段階です。次に自分の思い通りに「減速したり」「バンクさせたり」「加速させたり」スポーツ的な要素が始まります。

バイクはバンク出来ないと始まらない!そしてバンクさせながらバランスが取れないと安定しません。まずは先を見る目線の意識とブレーキの放す際に全集中!!そしてアクセルワークでバランスを取ります。

ビギナーがバイクを走らせていて何を怖いと感じるか・・・?それは傾いている時にバランスを崩して転ぶこと。バイクは傾けなと曲がらないので、バンクが上手く出来ないのはハンドルのない車と一緒です(>_<)。バンクとは遠心力と重力がバランスしている(させている)状態でとても不安定。しかしこれをコントロールしなきゃ始まらないのです。

ポイント① ブレーキを放す(緩める)と同時に曲がる側のお尻に体重を乗せ、少しだけ上半身も傾ける。「同時」がポイント!早すぎても遅すぎてもダメ。そして倒れ始めたらすぐにアクセルを少し開けバランスを取りながらバンクを深くしていく。

ポイント② ブレーキを緩めた時、前寄りになっていた体が後ろへ戻されるので腕の力が抜きやすく、セルフステアによるフロントタイヤの舵角が付きやすい。舵角が付くとバンクが安定し、尚且つ小さな半径で曲げれる。

ちょっとした広場で出来る練習!!

- ◆ 常円回転・・・円を描きながらアクセルワークの練習。
- ◆ 間に直線を入れた旋回の練習・・・ブレーキからバンクの練習。
- ◆ 8の字走行・・・切り直しやスムーズな重心移動の練習。



スポーツは反復練習あるのみ。漠然と走るのではなく感じて、考えて乗っていきましょう(^^)/ バイクは生涯スポーツなので、これからは「オジライダー」の時代ですよ～(^^)v

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ったただ、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!

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>



profile