

ウィズバイク

RSG ライディングスクールへようこそ!

こんにちは!ウィズバイク誌上スクールへようこそ!! RSGライディングコーチのミナキです(^^)/
 何と!梅雨が明けちゃいましたね~普通なら恨めしく空を見上げる時期ですが一足早くライダーの季節到来です!
 さて前回からの引き続きサスセッティングのお話ですが、
 今回は鉄馬イベントでも人気の高いHSR九州のコース攻略から考えるサスセッティングをやっていきましょう!(前回はSPA直入でした。)



レベルごとの練習の仕方とセッティング *数字は練習の優先順位

- 1分25秒まで 【サスセッティング】スタンダード ①正しいラインを覚える。②広い視野でコースを見て余裕を持つ。③全体のスピードを上げる。
- 1分20秒まで 【サスセッティング】ブレーキがしやすいセット ①ラインを外さない。②強いブレーキで制動距離を短く。③ブレーキの引きずりを覚える。
- 1分13秒まで 【サスセッティング】ブレーキとコーナリングのバランスが取れたセット
 ①ヘアピン2つを小さく&速く走る。②ラインを外さない。③ヘアピンからヘアピンの外周を速く走る。
- 1分13秒以下 【サスセッティング】各コーナーにバランスが取れたセットや自分に合ったセッティングを見つける。(セッティングの体得)
 ①ここまでのポイントを抑えつつ、最終コーナーのブレーキ引きずりを体得。②1,2 コーナーを攻略。

HSR九州は、加速の後に小さなコーナーが控えるストップ&GOのレイアウト。こういうコースのセッティングは難しいです。強いブレーキに耐えられるフロントフォークのセッティングが必要ですが、ブレーキの掛けやすさを重視し過ぎて固めのセッティングになると、リリースした後や強く掛けないコーナーではフロントが高くなり小さく曲がれなくなります。(※前回のSPA直入セッティング編を参照)SPA直入でのセッティングは「コーナリング寄り」が基本でしたが、HSR九州ではライディングのレベルにより変わります。大雑把に分かりやすく言うと、ブレーキを引かず上手くバンク出来るライダーほどブレーキングに合わせた加重に強いセッティングになります(プリロード(イニシャル)やスプリングレート、油面など)。なぜなら、レベルの高いライダーはブレーキを引かず(フロントの低さを保ったまま)バンク出来るので、フォークはそれ程伸びず、リリース後も高いコーナリング荷重によってアクセルを開けるまで伸びる事はありません。逆にビギナーライダーほどブレーキを早めに離すため固いセッティングだとますます伸びた状態になり小さく曲がれません。

二つのヘアピンをどう走るかがHSR九州攻略の大きなポイント。アウト一杯から入り、出口では膨らまないように小さく旋回する。それを可能にするにはライディングは勿論の事ですがフロントフォークのセッティングでも大きく変わります。ブレーキが掛けやすく、高且つリリース後は向きが変わるバランスの取れたセッティングを目指します。プリロード(イニシャル)を掛け過ぎればブレーキは掛けやすいが向きは変わりにくくなります。逆に抜かず ぎれば向きは変わりやすくなりますが、ブレーキでは手こたえは減ります。この相反する傾向を上手くバランスするのがセッティングです。リアサスはフロントに対して感じにくいですが、基本はアクセルを開けた時に旋回性が上がる(曲がる)感じが出る位のプリロードが必要です。開けていったときにサスが沈む感じがあるなら少しプリロードを掛けてみましょう!その方がグリップも上がるし曲がります。

最終コーナーの攻略は後回しにしたいくらい難しいコーナーです。コーナーがつながる複合コーナーというだけで難しいのに更に入り口が下がっています。引きずりが出来るライダーはブレーキが掛けやすいように多めのプリロードが必要です。なるべくフォークを伸ばさないように走れば2つのクリップを取りつてのコーナーのように走るライディングを目指します。まだ引きずりがうまく出来ないライダーは、2つ目のクリップに向かって大きく回っていきましょう。その場合はあまりプリロードを掛けすぎると、2つ目に寄って行きにくくなるのでバランスを考えてセッティングします。

高速S字では切り返し(マシン直立)のポイントでのアクセル開度を少しでも大きく出来る走りやセッティングを目指します。ここではフロントフォークのセッティング以上にリアサスが重要になります。しっかり加速させながら腰振りにならずに切り返し出来るプリロードが必要です。開けて膨らむ人はプリロードを掛け、インに寄り過ぎると思う人は抜いてみましょう!

高速コーナーは、外周をつなぐ重要なポイント。スピード落とさず、なおかつアクセルを開けても膨らまないセッティングが必要です。入り口でブレーキをしっかりと掛けるライダーは、掛けやすいセッティングで伸ばさないように上手にバンクキング。ブレーキを余り掛けないライダーはアクセルオフで沈んでくれる程度のプリロードがいいですね。リアに関してはクリッピングからしっかりアクセルを開けても踏ん張ってくれて曲がっていくプリロードを選びます。

★陥りやすい要注意のポイント★

サーキットセッティングで厄介なのがブレーキングを強く掛けられるセッティングにするとタイムはそれなりに縮んでいく事です。但しある程度まで・・・HSR九州では特にこの傾向があり、「ある程度」のタイムで頭打ちになり出口のラインが膨らむようになったら要注意!セッティングを見直すかライディングを見直しましょう!

YouTube動画でライディングレクチャーもやっています。そちらも見て下さい(^^)/
 [RSG&moriGP ライディングチャンネル]で検索!!

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!

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