REPORT 報告書

11月19日・24日　フォーミュラトレーニング

Junior Drive
Shiraishi Racing School

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK

舞洲スポーツアイランド

LAPS
PRO e-RACING DRIVERS

GARAGE38
Luce ed ombra

Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

REPORT 報告書

Junior Drive
Shiraishi Racing School

11月19日（金）スケジュール＆トレーニングメニュー

●受講ドライバー
小野原悠　岡野裕介　辻野笑太

9：45～　集合（広場現地にて）
10：00～　脱出訓練　（5秒以内でマシンから降りる練習）
10：15～　ドグミッション慣熟走行①　10分×3名　ロングストレート　4速ギヤまで　※超クロス仕様ギヤ
11：00～　ドグミッション慣熟走行②　10分×3名　ロングストレート　5速ギヤまで　※超クロス仕様ギヤ
12：00～　昼休憩
13：00～　Aコース練習走行①　10分×3名
13：45～　Aコース練習走行②　10分×3名
14：30～　Aコース練習走行③　10分×3名
15：15～　ロガーチェック
15：30～　Aコースタイム計測走行　5分×3名
16：00～　ロガーチェック
16：15～　コース清掃＆車両ワックスかけ
17：00　解散

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

REPORT 報告書

Junior Drive
Shiraishi Racing School

11月24日（水）スケジュール＆トレーニングメニュー

●受講ドライバー
瀬川直人　三浦柚貴

9：45～　集合（広場現地にて）
10：00～　脱出訓練　（5秒以内でマシンから降りる練習）
10：15～　ドグミッション慣熟走行①　20分×2名　ロングストレート　4速ギヤまで　※超クロス仕様ギヤ
11：00～　ブレーキング練習走行②　20分×2名　ロングストレート
12：00～　昼休憩
13：00～　Aコース練習走行①　20分×2名
13：45～　Aコース練習走行②　10分×2名
14：30～　Aコース練習走行③　10分×2名
15：15～　ロガーチェック
15：30～　Aコースタイム計測走行　5分×2名
16：00～　ロガーチェック
16：15～　コース清掃＆車両ワックスかけ
17：00　解散

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

REPORT 報告書

11月19日トレーニング走行

晴れ　気温20°C　路面温度33°C

Junior Drive
Shiraishi Racing School

初の1期生2期生合同トレーニングを実施

半年間トレーニングを続けてきた1期生の小野原悠（１２）と、今回で3回目のフォーミュラトレーニングとなる岡野裕介（１２）と2回目の辻野笑太（１４）の３名が参加しました。

1期生2期生を合同で行うことで、お互いの刺激になり、ドライビングスキルを高め合うのが今回の狙いです。

小野原が走り始めから上手さを見せ、それを2期生の2人が見て学ぶ自然の流れとなりました。2期生の岡野と辻野もトレーニングの回数を考えれば、驚くほどの成長率です。

最後のタイムアタックでは小野原が3秒以上速いラップタイムをマークし圧倒的な速さを見せる形となりましたが、岡野と辻野も43秒台に飛び込み、1期生よりも早いタイミングで43秒台のタイムを記録しています。

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

DRIVER PERFORMANCE

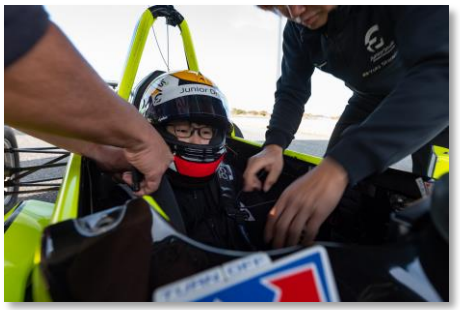
Junior Drive
Shiraishi Racing School

Yu - **ONOHARA**（12） *Best Time*:**40.548**

1期生として意地を見せた小野原。半年間積み重ねてきた練習の成果を発揮し、圧倒的な速さでこの日のトレーニングを締めくくりました。特にブレーキングでは、2期生組に大きな差をつけました。次回から国際レーシングコースでのトレーニングに移ります。

Yusuke - **OKANO**（12） *Best Time*:**43.787**

午前中のシフト練習で、4速から3速へのシフトダウンに苦戦していた岡野。午後からコツを掴み、成功率が高くなってきました。前回から2秒近くタイムを削るも、まだまだタイムアップの改善の余地があり、これからどれだけ改善してくるか楽しみな存在です。



Shota - **TSUJINO**（14） *Best Time*:**43.921**

前回はシフトミスから立て直すのに時間がかかってしまった辻野。今回はシフトミスをしてもすぐに正しいギヤに入れることができるようになりました。ただタイムを意識すると、基本操作がおろそかになる傾向があり、そこが次回への改善ポイントとなります。

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

REPORT 報告書

11月24日トレーニング走行

晴れ　気温13°C　路面温度11°C

Junior Drive
Shiraishi Racing School

寒さ・強風の中での走行

朝走り始めの気温は10°Cと、フォーミュラトレーニングを始めて以来初めての低気温での走行となります。ここまで温度が低いとタイヤが温まるまで非常に滑りやすく、ミッションオイルの粘度にも変化がありギヤシフトのフィーリングが変わります。

この舞洲のコース専用として新たに装着した超クロスギヤも2人は初めて。シフトダウン時にこれまでよりもブリッピング（シフトダウン時にアクセルを踏む動作）の量が少なくて済むようになり、最初はそこに苦戦を強いられました。

次第にこのミッションにも慣れ、普段通りの走りに戻ってきました。

昼休憩の合間に坂道発進の練習を行いました。フォーミュラマシンにはサイドブレーキはなく、右足でブレーキとアクセルを両踏みする必要があり、難しいテクニックです。2名ともこれを1発でマスターしモノにしました。

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38 Luce ed ombra
Boxing Lab STAY GREEN Personal training space

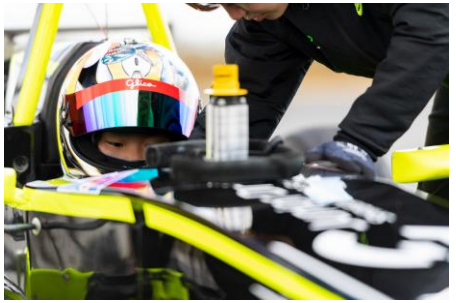
DRIVER PERFORMANCE

Junior Drive
Shiraishi Racing School

Yuzuki - **MIURA**（**13**） *Best Time*:**41.810** ※水たまりあり

この日好調さを見せた三浦。新しいギヤレシオのミッションにも素早く適応し、ラップタイムも好タイムを記録しました。次回の合同トレーニングでどれだけの速さを見せてくれるのか楽しみな存在です。

Naoto - **SEGAWA**（**12**） *Best Time*:**42.404** ※水たまりあり



今回のギヤレシオ変更で最も走りに影響を受けてしまったのが瀬川。朝のブレーキトレーニングでもタイヤをロックさせてしまい、そこから流れを取り戻すことができませんでした。持ち前のセンスを次回以降のトレーニングで発揮してもらいたいです。

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

REPORT 報告書

Junior Drive
Shiraishi Racing School

【トレーニングを終えて】

初めて1期生2期生を交えての合同トレーニングを行いました。

差は歴然ではあったものの、2期生が1期生に追いつこうとする姿勢が見られ、また1期生は1期生としてのプライドとプレッシャーのかかる中でのトレーニングができ、本当にやって良かったと思います。

それぞれのドライバーにそれぞれの違った課題があり、これからどんな形でそれらをクリアしてくのか非常に楽しみです。

次回は今年最後のトレーニングを1期生2期生全員で行う予定にしています。
今後の彼らの活躍に注目してください。

Junior Drive講師　白石勇樹

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK
舞洲スポーツアイランド
LAPS
PRO e-RACING DRIVERS
GARAGE38
Luce ed ombra
Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space

SPORTS KART
Rental Kart Land ISK

舞洲スポーツアイランド

LAPs
PRO e-RACING DRIVERS

GARAGE38
Luce ed ombra

Boxing Lab
STAY GREEN
Personal training space