

「スズキ北川ライディングスクールin 竜洋」

編集部員・福助 初体験レポート！



◀サーキット走行は好きだが、速くはない。オフロードも好きだが、上手くはない。そんな本誌編集部員。今回はスズキのGSR 250 Fでスクールに参加。



5つの弱点 共通の 一般ライダー って何だ??

教習所を卒業したあとは、我流でライディングしているライダーがほとんどだし、現実的にはそれで問題なく交通社会に溶け込める。が、そんなライダーたちには陥りがちなポイントがある。それを克服できれば、さらに安全に楽しく乗れると言うのだが…!?

メリハリ運転の基本！
全開からの急ブレーキ



ブレーキの性能をキチンと使っている一般ライダーは少ない。コースの直線路を使い、全開加速からのフルブレーキングも繰り返し練習する。同時に、ABS装着車は、その効果を試すチャレンジも行なえる。また、同じ直線路を使い、Uターンの練習もじっくりと数多く練習できた。いずれもニーグリップがキモになる。



等間隔にパイロンが配置された直線でのロングスラローム、ライン取りを考えながら走るオフセットスラローム、そして総合的なライディング能力が問われるコーススラロームなど、バリエーション豊富な走りこみ。参加者はグループ分けして各カリキュラムに当たるため、待ち時間はほとんどなく、ひたすら練習に没頭することができるのだ。

今回の受講で、インストラクターの方からは下半身のホールド不足を繰り返し指摘されたのですが、下半身が安定して上体がリラックスすれば、バイクはコントロールしやすいです。公道はもちろん、サーキット走行でも効果が実感できます。よく言われ、さらにモチベーションがアップ。だって、操りきれない場面って、結構あるものだから。ちなみに、参加車両は250cc以上のスズキ車という制限はありませんが、参加車の多くがおよそライディングスクール向きとは言えないハヤブサやGSX-Rシリーズが多かったのも印象的。

基礎が集約されている！
Uターン&8の字走行



▲ライディングポジションやフォームの確認が済んだら、ウォームアップ代わりの慣熟走行へ。その後、パイロンを設置しての「8の字走行」という流れ。目の前で行なわれるデモンストレーションでイメージを膨らませたら、実際にチャレンジ。下半身を安定させる、上半身をリラックスさせてハンドルの動きを邪魔しないなど、操作の基礎となるべく要素を再確認。参加車の走行中は随時インストラクターの指導が入る。

▶丸1日に渡って行なわれるスクールを受講するための着替え、クラス分けで配られるビブス(セッケン入りベスト)を装着したら、まずは準備体操からスタート。しっかり身体を伸ばして、その後のレッスンに備える。



走り込みで弱点を発見！
スラローム&コース走行



思っていたよりダメだった
ニーグリップ…

さきに驚きです。インストラクターも少数にグループ分けされた後、各グループに担当がつくので、疑問と質問があるときや、ちよつと寂しいとき(笑)には、すぐに声をかけることができますし、声をかけてくれます。そして、なによりも孤独や不安を吹き飛ばしてくれるのが、その走行量。Uターンや8の時走行、コーススラロームなどはグループごとに練習を行なうものの、待機時間はほぼなし。ヘルメットを脱いで一休みする隙間はありません。そんなスクールの流れにやや圧倒されるものの、身体が慣れてくると、適度な緊張感と相まって、走ることが楽しくなってくるから不思議。ちなみに、気温が高いときなどは、通常時よりインストラクターの声かけ回数を増やして、体調不良の参加者をいち早く発見するべく務めているそうです。

本物のライテクを教えています！ (北川圭一)

POINT

多くのライダーが陥りがちな弱点とは？

- 1…下半身のホールド不足
- 2…目線が安定していない
- 3…上半身が固まっている
- 4…ステップ加重の不足
- 5…全身を使って乗る意識が希薄

スポーツ走行から街乗りまで共通する、ライディングの基礎である5つのポイント。これらのポイントをクリアすることで、バイクが操りやすくなると同時に、Uターンなどの小回りも格段にしやすくなるという。意識して実践練習すること。この繰り返しが重要なのだとか。

5つのポイント



北川圭一 KEIICHI KITAGAWA

全日本ロードレースなどで活躍したのち、2005年には日本人としては初となる、世界耐久選手権でのチャンピオンを獲得。2006年に現役を引退したのち、2009年から「スズキ北川ライディングスクール」を主催。



豪華講師陣との初顔合わせ！ カリキュラム説明



カリキュラム説明と合わせ、スタッフ紹介が行なわれる。手前から北川圭一さん、中井直道さん(鈴鹿8耐に20回出場!!)、山口直範さん(交通心理学者として活躍!!)、大城光さん(車両開発ライダー!!)、鈴木陽一さん(インストラクター歴10年以上!!)。

室内でカリキュラム説明が終了したら、続いてはコース上でライディングフォームについてのレクチャーが始まる。バイクの 카테고리やモデルが違っても、基本的な操作の留意ポイントは共通。参加者たちも集中して聞き入っている。

間延び感は皆無
ひたすら走り続けます！

静岡県にある「スズキ二輪技術センター竜洋コース」を舞台に、元レーシングライダーの北川圭一さんが主催ということで、スポーツ走行のスキルかと思いきや、このスクールは「危険回避能力の向上をテーマに挙げる、セーフティライディングを目標としたレッスン内容なのだ。」

ロードレースの経験で得た、ホンモノのマシンコントロール術を、日常走行の安全性向上にフィードバックしようという試みで、走行に関してもキチンとバイクをコントロールできていないか「を再認識し、繰り返し練習でスキルアップを図るというプログラムが組まれているわけですね……。」

ライディングスクールは嫌いじゃないし、充実感もあるんだけど、同じ1日を費やすなら、ツーリングに行ったり、サーキット走行に行ったりしたいなあ、というのが本音。別に上手いわけではないけど、困るほど下手でもないと思うしなあ。こんな風に考える人って、割と多いと思うんですけど、どうなんですよ。あと、過去に何度か行ったライディングスクールでは、「常連さんの遊び場的な雰囲気になつていて、初参加で1人だと、ちよつと心細い思いをしたこともあったわけですね。」

何はともあれ、百聞は一見に如かず。人気の理由を探る意味でも、実際に体験参加してきました。

「ライディングスクール」という響きに、若し身構えてしまつた性分ですが、受付段階からスタッフさんの多

「スズキ北川ライディングスクールin 竜洋」

RidingSchool 潜入 Report @FUKUSUKE



走行カリキュラムが終了すると、最後は教室に戻り、豪華賞品が当たる(かもしれない)ジャンケン大会が開催された。



先導付きだから安心感たっぷり！
ハイウェイコース走行

希望者を対象に、スズキ車のテストコースでもある「竜洋テストコース」の外周を使い、公道ではできない速度域での走行にもチャレンジ。とはいえ、走行はマシンの性能やライダーの技量、各自の申告によってグループ分けされ、先導付きで安全性に配慮した内容となっている。ちなみに、GSR 250 Fだと140km/h弱までしか出せませんでした…。

目指せ「ホンモノのライテク」
みんなで上手になろう！



INFORMATION

スズキ北川ライディングスクール in 竜洋 今後の開催スケジュール

9 / 13 (日) | **11 / 29 (日)** | **3 / 13 (日)**
8:30~16:30 | 8:30~16:30 | 8:30~16:30

<http://www.k1-kitagawa.com/>

※北川圭一オフィシャルサイトでのWEB申し込みのみとなります。

参加料金: 1万8500円(税込) お弁当・飲み物、保険代を含む
(飲み物は、フリードリンクとなっています)

主催 場所 静岡県/スズキ(株)二輪技術センター竜洋コース
お問い合わせ先 スズキ北川圭一ライディングスクール事務局
メール info@k1-kitagawa.com TEL.090-3928-6816



この日の参加車両は40台ほどで、ハヤブサやGSX-Rシリーズなど、ハイスペックなモデルも数多く参加していたのが印象的でした。また、自走での参加者や、ひとりで参加の方も数多くいた模様。みんなガッツが凄いです!!

SUZUKI スクール参加モデル GSR250F

全長×全幅×全高: 2145×790×1255mm
最高出力: 24 PS/ 8500 rpm
最大トルク: 2.2kg-m/ 6500 rpm
価格: 51万4080円

●エンジン形式: 水冷4ストOHC 2バルブ並列2気筒
●総排気量: 248cc ●ボア×ストローク: 53.5×55.2mm ●圧縮比: 11.5 ●燃料タンク容量: 13ℓ
●車両重量: 189kg ●シート高: 780mm ●タイヤサイズ(前・後): 110/80-17・140/70-17

ライディング技術の
習得に最適!



今回スクールに持ち込んだのはスズキのGSR 250 F。250ccクラスとしては、大柄なボディでありながら、扱いやすいエンジン特性との組み合わせで、快適な乗り心地を実現するGSR 250の、フルカウル仕様モデルだ。カウル装着によって、高速道路での巡航性能が格段に向上したほか、スタンダード仕様と比較すると、ハンドルの高さが低く設定されるのも特徴。

実際にスクールで1日乗り続けたが、足つき性も良く、低速でのトルクもあるので、立ちゴケの心配をすることなく、カリキュラムに集中することができたのはGSR 250 Fのおかげ。アクセルのレスポンスや、ブレーキのタッチ、足まわりの動きなども、穏やかな特性なので、マシンの性能に依存しない、基本的なライディングスキルを磨くにはオススメです。

ちなみに、「スズキ北川圭一 ライディングスクール in 竜洋コース」では、ネイキッド仕様のGSR 250のほか、グラディウス400、GSR 400、GSR 750、バンディット1250がレンタル車両としてラインアップされています。

バンクする感覚を身につける！

バンクする「感覚」を身につけるために、アウトリガー装着車での体験走行も行なう。転倒する危険がないので、思い切ってバイクを寝かすことができるのだ。両サイドに伸びるアウトリガーは重量感があるが、寝かしこみのフィーリングは思っていたよりスムーズ。走行は定常円旋回をするためのラインが敷かれたコースで行なう。

寝かしても転倒のリスクなし！
アウトリガー体験走行



▲憧れの北川圭一さんから、直接アドバイスが貰えるのも、参加者にとっては嬉しいポイントだ。

参加者は関東から関西まで幅広く、女性の参加数は全体の1割ほどの「北川圭一ライディングスクールin 竜洋」。スクール参加自体を目的にするというよりも、自分の好きなモデルをキチンと操れるようになりたい、そんな願望が伝わってくるようでした。

「みんな伸びしろはいっぱいあるんです。でも、上体の力を抜いて、と伝えても、それだけで力が抜ける人は少数派。どうすれば力が抜けるかを伝えるのも自分たちの役割です。その方法は人それぞれですが、この北川さん「ホンモノ」のライディングを身につけたらライダーは、受講の価値ありです。」

なお、このスクールは革の上トナギなど、革のグローブとブーツ、フルフェイスのヘルメットなどの装着が義務付けられていますが、無料のレンタルツナギも用意されているので敷居が低く、装着に不安がある人は、まず問い合わせてみては怎么样でしょうか。