

# コース紹介〈富士スピードウェイの走り方・攻略法〉

## 1. 走行レーンの維持

ゆっくり走る方はコース右側のレーンを、前走者を追い越す場合は左側のレーンから追い越します。追い越した後しばらく左側のレーン走行を維持します。サーキットには一般道路のように車線を区切るラインはありませんが、4本のラインで仕切られた走行レーンを走るイメージで走ってください。

## 2. 急な進路変更は厳禁

レース中は集団で走行しているので、自分の前後左右には他の選手が走行しています。進路変更やピットへ入る時は手で合図をするなど、注意を促して、安全を確認してから進路変更しましょう。

## 3. よそ見をしない

視線は常に前を向けて走ろう。コース脇からの声援に視線を向けたり、苦しくなって下を向いて走らないように注意しましょう。前方を見ていないうちに、自転車は意外に前へ進んでいます。

※スタート時は沢山の選手に囲まれてスタートしますので、特にこの3つを厳守しましょう。

富士スピードウェイ：全長4,563m

7

ピットに入る時は「ピットに入ります」と一声かけると、周りにいる選手もその動きに対して構える事ができるので、選手同士の接触を防止することにつながります。ホームストレートでは、コース脇からの声援に応えることもグッとガマンして脇見をせず、苦しくなっても下を向いて走らないように注意しましょう。

1

富士スピードウェイ最大の特長でもある1,475mのホームストレート。風向きを意識することも大切ですが、しっかりと自分の走行ラインを維持して走りましょう。前走者を追い越す場合は左側から追い越します。追い越した後もしばらく左側レーン走行を維持します。サーキットには車線はありませんが低速走行は右側レーン。中速・高速走行はセンターレーン。追い越しをかける最高速走行は左側レーンといったイメージになります。

パナソニックコーナー

33R

75R

レクサスコーナー

25R

第13コーナー

45R

85R

6

第13コーナー、レクサスコーナーの登りでは、ギア変速によってチェーンが外れて急に失速する選手や止まってしまう選手もいます。前方の状況を確認しながら注意しましょう。パナソニックコーナーを上がりきるとホームストレートに入ります。

ダンロップコーナー

5

ダンロップコーナー入口まで下り坂が続いているので、コーナー侵入までにしっかりスピードコントロールしてください。ちなみにこの場所がコースレイアウトの中で一番標高が低い位置になります。ここからメインストレートまでの高低差約35mは登坂を駆け上がっていきます。

4

登りながら左のアドバンコーナーへ入ります。軽いギアなどうまく使いこなし車間を保ちながらコーナーをクリアしてください。アドバンコーナーから複合コーナーの300Rの下り坂を駆け抜けます！

アドバンコーナー

30R

165R

120R

95R

追突注意

178R

100R

106R

トヨペット100Rコーナー

3

コカコーラコーナー出口から100R、長い右カーブのトヨペットコーナーは出口から登りになっているので、集団走行している場合は自然渋滞のように前方の選手が減速しますので、追突に注意しましょう。

80R

コカコーラコーナー

2

TGRコーナー（第1コーナー）は、ホームストレートのスピードが乗った状態からの進入になりますのでしっかりとスピードをコントロールしてください！急角度で10%勾配のTGRコーナー（第1コーナー）を抜けると長い下り坂になります。しっかりとハンドルを握り、目線を上げて先方の動きを把握できる広い視野を確保しましょう。緩い左カーブのコカコーラコーナー（第2コーナー）へ向かいます。

第1コーナーグランドスタンド

グランドスタンド

コントロールセンター

27R

TGRコーナー

75R