

体験会の内容(自転車競技)

BMX

BMX レーサーに乗車し、自転車競技全ての種目で基本となる自転車操作技術を体験します。

スタート、ストップは、もちろんのこと、自転車の中心に乗り、バランスよく効率よく、自転車を進めるための基礎トレーニングを体験します。

実際にBMXレーサーに乗車し、立ち乗りでのハンドリング、ブレーキやペダリング操作をはじめ、パンプトラック(コブの走路)を利用した体重移動だけで進めることにチャレンジします。

ロード

自転車競技で最も人気が高く競技者が多い種目です。

欧州では、F1 のスピードとチェスの戦略、マラソンの持久力が一緒になった競技と言われています。

トレーニングの最初は、サイクリングの延長といってよいと思います。今回の体験では、実際に競技に使用するロードレーサー(20 段変速等)に乗車し、競輪場内で定走行体験を行います。

バーチャルコースでは、画面に表示される地形に応じて、上り坂ではペダルに負荷が掛かり、下り坂ではペダル負荷が軽減されるという、実乗車に近い感覚を体験できます。

脚力計測

トラック競技やロード競技における能力評価の対象である脚力の測定を行います。

自転車競技では、ペダリングで重いギアを沢山回転させることが、最高スピードに繋がりますので、特に短距離におけるスピード重視なトラック競技では、今回のような最大出力について計測を行っています。

ワットバイクという測定器を使用し、実際に全力でペダリングして、6 秒間の最大出力を測定します。

自らのベストにチャレンジするチャンスです。