

## ジムカーナ走行の為の事前準備

### 1. 服装

- ジムカーナ走行時の服装は肌が露出しないように必ず長袖、長ズボンを着用してください。靴は、運動靴（底が薄いものがよい）などが良いです。ヒールなどは走行に適しません。

### 2. 装備（必ず必要です）

- ヘルメット  
半キャップはだめですが、フルフェイスやジェットヘルなら四輪用でもバイク用でもOKです。
- グローブ  
レーシンググローブが推奨ですが、指の露出しないドライビンググローブなどでもOK。モトクロス用など厚手のものは適しません。軍手も避けてください。

### 3. 準備するもの

- テープ  
ゼッケンを貼る為に必要です。養生テープがはがすときに車にのりが付かなくて便利です。ビニールテープでもOK。ガムテープはやめた方がいいでしょう。

### 4. あったら便利な物

- 雑巾、タオル  
ゼッケンを貼る際に車両を拭いたり、雨天時に、ペダルを拭いて滑らないようにするため必要です。
- キャンプ用の椅子とテーブル  
休憩時間にパドックで休む為に使います。昼食時にもテーブルがあると便利です。
- バインダー  
コース図やタイスケなど資料を挟んでおくのに便利です。
- ブルーシート  
積んできた荷物を降ろすためにブルーシートが便利です。雨天の場合には荷物が濡れないように上にかぶせておきます。
- 傘、長靴、合羽  
雨天時には、コースを歩くために雨具が必要になります。



### 5. お車の準備

- タイヤ  
パンクなどしていないかすべてのタイヤの確認をお願いします。エア圧も事前にチャックをお願いします。GSなどでチェックしてもらえますので極端に減っていないことを確認しておいてください。（規定圧でOK）
- 油脂類  
エンジンオイル、ブレーキオイル、冷却水は事前に量のチェックをお願いします。ご自分でわからない場合にはディーラーや専門店に確認してもらおうと良いでしょう。毎回する必要はないのですが、事前にオイル交換しておけば安心です。
- 荷物  
パドックで走行に必要なものはないものは降ろしてください。小物類やサンバイザーに挟んであるサングラスやカード類なども忘れずに外してください。