

## 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。

- ※ ヘルメットはレンタル品（無償）もご準備していますので、必要な方は  
エントリーフォームでヘルメットレンタル希望を選択ください。また、レンタルヘルメット装着  
の際はフェイスマスクや紙インナーキャップなどの装着にご協力ください。

#### ●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で確認してもらうと良いでしょう。  
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。