

AirPlant's主催 Moto Basic Lesson in キョウセイ交通大学

8:30	<ul style="list-style-type: none"> ■受付開始 教室前テント 	<input type="checkbox"/> 同意書記入 <input type="checkbox"/> 同伴者様精算 <input type="checkbox"/> ビブス配布
9:00	<ul style="list-style-type: none"> ■オリエンテーション 教室 	<input type="checkbox"/> 主催者挨拶(ゲストライダー紹介) <input type="checkbox"/> スクールの目的 <input type="checkbox"/> 諸注意 <input type="checkbox"/> スケジュール <input type="checkbox"/> 参加者自己紹介
9:40	<ul style="list-style-type: none"> ■ウォーミングアップ 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 着替え(10分) <input type="checkbox"/> 体操(10分) 疲れにくさや、万が一の転倒時の怪我防止の為のストレッチ等 <input type="checkbox"/> 講師のデモンストレーション走行
10:00	<ul style="list-style-type: none"> ■8の字練習① 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 1人8分間x1回の走行 <input type="checkbox"/> 2つのパイロンを左まわり・右まわり・8の字で周回 <input type="checkbox"/> セッション中は走行→アドバイス→走行の繰り返し <input type="checkbox"/> ビブスNo.の若い順から走行
11:00	<ul style="list-style-type: none"> ■8の字練習② 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 1人8分間x1回の走行 <input type="checkbox"/> 2つのパイロンを左まわり・右まわり・8の字で周回 <input type="checkbox"/> セッション中は走行→アドバイス→走行の繰り返し <input type="checkbox"/> ビブスNo.の若い順から走行
12:00	<ul style="list-style-type: none"> ■昼休み 教室 	<input type="checkbox"/> 教室でのお弁当 <input type="checkbox"/> 講師・ゲストは感染対策のため別席で食事
12:30	<ul style="list-style-type: none"> ■座学 教室 	<input type="checkbox"/> 教室での食事中に午前中の走行を踏まえた座学を実施 ※マスク着用必須 <input type="checkbox"/> 講師・スタッフのデモ走行(2輪コース)
13:00	<ul style="list-style-type: none"> ■8の字練習③ 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 午前の走行を振り返り・まとめ <input type="checkbox"/> 1人5分間x1回の走行 <input type="checkbox"/> 2つのパイロンを左まわり・右まわり・8の字で周回 <input type="checkbox"/> セッション中は走行→アドバイス→走行の繰り返し <input type="checkbox"/> ビブスNo.の若い順から走行
13:40	<ul style="list-style-type: none"> ■休憩 教室 	<input type="checkbox"/> ミニコースの作成・講師陣の試走 <input type="checkbox"/> 参加者、講師、スタッフ全員 水分補給
14:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ミニコース走行① 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 1人3分間x2回の走行 <input type="checkbox"/> 5～10つのパイロンコースを周回 <input type="checkbox"/> セッション中は走行→アドバイス→走行の繰り返し <input type="checkbox"/> ビブスNo.の若い順から走行
14:50	<ul style="list-style-type: none"> ■休憩 教室 	<input type="checkbox"/> 参加者、講師、スタッフ全員 水分補給 <input type="checkbox"/> ミニコース走行の振り返り・フィードバック
15:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ミニコース走行② 2輪コース ※ビブス必須 	<input type="checkbox"/> 1人3分間x2回の走行 <input type="checkbox"/> 5～10つのパイロンコースを周回 <input type="checkbox"/> セッション中は走行→アドバイス→走行の繰り返し <input type="checkbox"/> ビブスNo.の若い順から走行
16:00	<ul style="list-style-type: none"> ■まとめ 教室 	<input type="checkbox"/> 集合写真・記念撮影(2輪コース上に車両を並べて撮影) <input type="checkbox"/> 主催者挨拶
16:20	<ul style="list-style-type: none"> ■片付け 	
16:50	<ul style="list-style-type: none"> ■完全撤収 	