

Формат занятия. Приблизительное время – приблизительно 1 час. Из них 10 минут – краткий теоретический экскурс, связанный с тематикой занятия. 20-30 минут – отработка целевого упражнения, 20 минут – гонка. Общее количество занятий – порядка 8. Время и частота проведения – предварительно вечер воскресения, раз в неделю, но будет уточнено. Необходим работающий тайминг, так как основная цель каждого ученика – улучшить собственное качество пилотирования и результат прохождения круга. Собственно, тайминг необходим как инструмент.

Целевые упражнения первой части тренировки можно отрабатывать, модифицируя трассу конусами. Вторую часть тренировки целесообразно проводить на стандартной конфигурации. Чтобы объективно оценивать прогресс каждого участника по мере отработки тренировок.

Занятие	Целевое упражнение
1	Посадка в карте. Сигнальные флаги, правила поведения на трассе. Разгон и торможение. Выбор точки торможения. Работа с балансом.
2	Траектория. Прохождение поворотов трассы. Выбор оптимальной траектории относительно единственного поворота.
3	Траектория. Прохождение отдельных связок поворотов. Корректировка траектории при прохождении связок поворотов.
4	Траектория. Закрепляем траекторию всей конфигурации трассы, траектория квалификационного круга.
5	Торможение в повороте.
6	Обгон на торможении по внутренней траектории.
7	Оборона с перекрещиванием траектории.
8	Финальная «выпускная» гонка.