

2011 年 1 月日本ユース代表強化合宿報告 (スポーツ振興基金助成事業)



1 月 4 日から 8 日まで、オーストリア（AUT）からコーチ 2 名、選手 2 名を招いてユース代表合宿が開催された。会場は宿泊と机上講習がオリンピック記念青少年オリンピックセンター、実技はパンプ川崎店で行なった。

今回の合宿は 5 日間の全日程に、クライミングの実技指導以外の机上講習を多数盛り込み、選手を遊ばせない事が目的であり、ある意味、多数の選手を把握して合宿を進めていく、指導者の力量が問われた。

4 日 13 時過ぎ、21 名の選手、9 名の指導者、日山協スタッフ 8 名が揃いオリエンテーション、安全講習からスタートした。この日の午後は、国立スポーツ科学センターから招いた宇土昌志氏によるメンタルトレーニングの講習。そして日本アンチ・ドーピング機構から岡先氏とフェンシングアジア大会金メダリストの福田めぐみ選手からドーピング防止の講習が行なわれ、夕食の後、合流したオーストリアコーチ・選手 4 名と交流の場が設けられた。

翌日から 4 日間、朝 6 時に起床し、大変込み合う食堂で 7 時 30 分までに朝食、参宮橋駅に 8 時 50 分までに行き、パンプ 2 に 8 時 30 分までに到着。午後 1 時までに実技講習を終え、移動と昼食をとって夕方からは午前の実技講習の解説と質疑。その後、夕食を終えると、また 1 時間 30 分の講習、とても混んでいる風呂を終えると 11 時近くという過密スケジュールをこなし、8 日夕方 4 時過ぎ合宿を終えることが出来た。

午前中の実技講習では会場の制約があるために、選手を男女別のグループにわけ、リード壁とボルダリング壁で講習を行った。細かな内容については現在レポートをまとめている。AUT の選手強化のシステム、トレーナー、コーチの経済的な実情を知る事もできた。

夜間の講習は、昼間十分に使った身体と頭脳を考慮して、「レジェンドに聞く」と題して、平山ユージ、小林由佳を講師に招き、それぞれ 1 時間半ユース選手に対して講演、もう一日は AUT スタッフを交えたゲームとコンディショニングの講習を行なった。

ユースの海外合宿は過去 3 回、オーストリアのイムスト・インスブルックで合宿を行なってきたが、そこで学んだ練習方法を国内で実践できるまでに理解できた選手は少なかった。そこで、今回はイムストでこれまでお世話になってきたトレーナーを招聘し国内でベーシックなトレーニング方法の講習を実施、机上講習とセットにして、選手の理解度を上げることが目的の一つであった。その為にドイツ語が堪能なスタッフを長崎から招き、選手の指導者の参加を奨励した。

終了後に集めた選手からのアンケートを見ると、普段の環境で行う合宿（国内）のほうが、講習の内容、トレーニングへの理解が深まったようだ。大半の選手が身体的にきつかった。としていたが、充実していたとの意見が多数あり、合宿としては成功と考えている。レジェンドの 2 人も趣旨を理解して頂き素晴らしい話をして頂いた。盛りだくさんのメニューも十分に目的は達成できた。

AUT のスタッフは、初めての施設での講習にもかかわらず、的確に選手を観察しアドバイスすることができ、彼等のスキルの高さを感じると共に、その意味を理解して選手に支持を出している日本側スタッフも十分な準備が出来ていると感じた。選手達では、安間・野口を輩出した世代に比べて積極性に欠けている点が気になった。逆に AUT ユース選手は日本の環境になじみず、十分に動く事ができなかったのが残念である。

現在、日本は国際スポーツクライミング連盟（IFSC）2010年 W-cup 国別ランキングでリード3位、ボルダリング4位のトップクラスの実力を持つ国となった。しかしながら、その選手強化、指導体制は選手の頑張りに追いついておらず、今合宿は、5年前に比べると大きな進歩と考える事も可能だが、中央競技団体としての責任を果たせていない部分がまだ多数あり、多くの課題が見つかった。スポーツクライミングの強国入りは、各々の個人の才能と努力の結果であり、競技団体としての組織的な動きは追いついていない。社会の仕組みが大きく変わろうとしている昨今、早急な対応が求められている。

最後に実技講習の場所としてご協力をいただいたパンプ2号店に感謝いたします。こうした協力が無ければ実現できない合宿でした。

今後、この合宿のレポートをまとめ、競技者育成プログラム、指導テキストの作成を目指していかなくてはならない。尚、この事業は平成22年度スポーツ振興基金の補助事業として行なわれました。（2011.3.1 中川）

講師 平山ユウジ、小林由佳、宇土昌志、福田めぐみ、岡先聖太

AUTコーチ、サビーニャ・クナーベル、アレクサンドル・クナーベル

AUT選手 カタリーナ・ポーシェ、アレクサンダー・コール、

参加者名 中原蛍、小福田仁、渡部佳太、村井隆一、津守暁斗、山内誠、河島侑哉、是永敬一郎、島谷尚季、野村真一郎、飯田譲、大田理沙、安田あとり、山縣茜、小田桃花、水口僚、飯田あずみ、尾上彩、廣重幸紀、小武芽生、野中生萌、

スタッフ 小日向徹、木村伸介、安井博志、伊東秀和、宮路未来、西谷善子、江口かおり、中川裕

