



NEWS Letter



日本ボート協会パラローイング委員会発刊のニュースレター。2021年最終号の第10号では、2024パリパラリンピックに向けて再出発したパラローイング日本チームの強化活動をレポートします！

特集記事 新たなスタートを切ったパラローイング日本チーム11月強化合宿をレポート

コロナ禍による休場も10月末に明け、今回の強化合宿@相模湖漕艇場では、体力強化を主眼に各メニューに取り組みました。

- ・エルゴメータ利用した体力強化と2000mタイム測定
 - ・水上練習では個人毎の課題に取り組む
 - ・ボート競技に関するトレーニング知識の講習会
- パリ大会に向け、また新たなスタートです。



↑全員でエルゴ2000m測定。力が入ります！



↑毎日朝のミーティングでスケジュール・練習内容を確認



↑紅葉の相模湖を漕ぐPR1市川選手



↑PR1男子の新星！森選手



↑健常者用シングルスカルを漕ぐPR3坂口選手



↑大戸HCによる座学。皆真剣に受講しました。

お知らせ

11月19日付でパリパラリンピックに新種目PR3混合ダブルスカルが採用されました。ボート競技のメダルイベントが4から5となります。PR2混合ダブルスカル、PR3混合舵手つきフォアも出場国数が増え変更になります。

パリ大会 ボート競技種目	出場数	備考
PR1男子シングルスカル	12	
PR1女子シングルスカル	12	
PR2混合ダブルスカル	10	出場国数変更
PR3混合ダブルスカル	10	新種目
PR3混合舵手つきフォア	10	出場国数変更

委員会活動情報

本号発行時点での活動予定につき、下記の通りお知らせいたします。コロナの状況で変更が生じる可能性がありますため予めご了承ください。

【直近の活動予定】

- 強化練習/合宿
 - ・12月11・25日 強化練習/相模湖漕艇場
 - ・12月17~19日 強化合宿/相模湖漕艇場
- ★乗艇体験会
 - ・1月9日、2月6日、3月6日 乗艇体験会/相模湖漕艇場

【2022年国際レース出場予定】

- 5月13~15日 国際パラローイングレガッタ/イタリア・ガヴィラレーテ
- 9月18~25日 世界選手権/チェコ・ラシチエ
- 10月9~15日 アジアパラゲームス/中国・杭州

次回NEWSLetterは2022年1月発刊予定となります。皆様良い年をお迎えください。本年1年間ご愛読いただき誠にありがとうございました。来年も、宜しくお願い致します！

