

2014年シニア世界選手権直前合宿レポート

2014年7月28日～8月15日



7月28日～8月3日

熊本空港には7月28日の17:00頃に到着しました。空港からホテルまでは車で約30分。3台のレンタカーに分乗し移動です。ホテルに到着後すぐにご飯をいただきました。その後、全体ミーティングをしました。今回の合宿開催に際してご尽力くださった重田先生より班蛇口湖ポートコースの航行ルールや気を付ける事、洗濯やホテルについての連絡事項がありました。

29日午前はリギングからスタートです。27日に戸田で積み込んだ艇が無事に菊池まで届いて一安心です。選手たちはリギングを早々に済ませ、水上練習に向かいました。練習後には大林コーチや今次コーチとリギングの微調整をしていました。

合宿前半では雨が降るときもありましたが特にコースが荒れることもなく、朝と夕方の練習をしっかりとこなすことができました。班蛇口湖は緑に囲まれていてとてもきれいなコースです。気温は戸田よりは高く感じず、選手たちも練習しやすい環境だと思います。

ストレングスは菊池市立総合体育館をお借りして行いました。長内さんにサーキット講習をして頂いたり、体幹系のトレーニングを中心に行いました。



左 リギングをする選手たち
右 自家用のWattbikeでアップをする中野選手

8月4日～8月10日

合宿2週目は台風の接近が懸念されておりましたが、幸い菊池は直撃をまぬがれました。しかしながら風が強い日もありましたので、安全のためにシングルでも2人で運ぶようにしていました。特に9日早朝には強風でしたので、水上練習をエルゴに切り替えました。エルゴは最初は艇庫に5台でしたが、大分県の重田先生と熊本県ボート協会の増岡様が手配してくださり、合わせて11台使用させて頂けることになりました。今合宿の参加者一同、皆様の心遣いに本当に感謝致しております。また、8月6日と7日からはU23日本代表の納田選手、瀨上選手、富田選手も参加し始めました。



左 エルゴを組み立てる浦サポートコーチ（NTT東日本）とトレーナーの下屋さん
右 台風のためエルゴでトレーニングをする選手たち（手前から、上田選手（明治安田生命）、末廣選手（デンソー）、若井選手（ミキハウス）、納田選手（関西電力小浜）、富田選手（明治大学）、大門選手（日田林工高校）



左 台風で沈んだ船台を治す浦サポートコーチ（NTT東日本）と大林コーチ
右 曇天の斑蛇口湖



左 側転をする大門選手（日田林工高校）
右 マット運動をする選手たち

8月11日～8月15日

台風一過で晴天を期待しましたが、その後も、雨天が続きました。トレーニングメニューは激さを増し、選手たちの疲労もピークに達していました。そんななか、U23日本代表選手や斑蛇口湖で合宿を行っていた関西電力美浜さんと並べてトレーニングを行うことで、質の高いトレーニングを保つことが出来ました。トレーナーの部谷さんと下屋さんのサポートにより大きな怪我もなく、国内でのトレーニングを終えることが出来ました。8月15日の早朝の250m-on/50m-off x 6 x 2 SR:MAX, REST 15minを最後に合宿を解散しました。選手・スタッフは17日に成田空港に集合し、オランダへ旅立ちます。応援をよろしくお願いたします。



左上 LW1x：上田選手（明治安田生命）

右上 LM1x：中野選手（NTT東日本）

左中 LM2-：西村選手・今井選手（ともにNTT東日本）

右中 LW2x：末廣選手（デンソー）・若井選手（ミキハウス）

左下 LM2x：須田選手・大元選手（ともにアイリスオーヤマ）

右下 LM4-：伊藤選手（NTT東日本）・小林選手・田立選手（ともに戸田中央総合病院RC）・片岡選手（明治安田生命）



左上 U23日本代表 濱上選手（関西電力美浜）
 右上 メダルポテンシャルアスリート 大門選手（日田林工高校）
 左中 U23日本代表選手 納田選手（関西電力小浜）
 右中 U23日本代表選手 富田選手（明治大学）
 左下 艇を運ぶ納田選手（関西電力小浜）と富田選手（明治大学）
 右下 艇を運ぶ中野選手（NTT東日本）



熊本県菊池市の皆様、ご協力ありがとうございました。

前列左から 大門選手（日田林工高校）、富田選手（明治大学）、若井選手（ミキハウス）、末廣選手（デンソー）、上田選手（明治安田生命）

中列左から 中野選手（NTT東日本）、片岡選手（明治安田生命）、小林選手（戸田中央総合病院RC）、田立選手（戸田中央総合病院RC）、須田選手（アイリスオーヤマ）

後列左から 濱上選手（関西電力美浜）、伊藤選手（NTT東日本）、今井選手（NTT東日本）、西村選手（NTT東日本）、大元選手（アイリスオーヤマ）