

# U23世界選手権レポート (4)



上: LW2x (納田選手 (関西電力小浜)、高島選手 (米子東高校))  
右下: トレーニングするLM4- (佐藤選手、志賀選手、林選手、荒木選手 (ともに日本大学))  
左下: LM2- (竹内選手、和田選手 (早稲田大学))

# 7/16 (木) -7/17 (金)

## 水上練習開始

7月16日 (木)

昨夜無事艇がコースに到着したことを確認できたためコーチ、崎山団長らが選手に先立ちコースへ向かい荷おろしの準備に取り掛かりました。選手は昨日同様7:00から朝食をとり、8:30のバスでホテルを出発。ほぼこちらの生活リズムにも慣れてきたようです。今日は朝から日差しが強く、気温は31℃。ブルガリア到着後、日々暑さが増しているように感じます。

大きな問題なく、シニアの代表がWRC II・IIIで使用した艇の受け渡しが終了。地元のクラブチームやブルガリア代表チームから馬を、Fillippiからリギング工具の一部やチーム用のテントを借りることができたおかげで、各クルー同時進行でリギングを終えることができました。大会本部設営まではしばらく時間があるので、地元や外国のチームとのいよいよ関係作りも大切だと感じています。

まずはWRC II・IIIにも出場していた女子ダブル、男子シングルがリガーを取り付けると微調整のみで早速水上へ。UTをベースに調子を確認し、トレーニングに入りました。

続いて男子ダブル、女子シングル、男子フォア、男子ペアと次々水上へ。WRC組と比べれば欧州での調整期間は短いですが、全員がどこでも、戦うべき環境でベスト・パフォーマンスを発揮できるようにコンディション、メンタル、技術などトータルで調整していきます。午後も連日同様16:30にホテルを出発して遅めの出艇。この時間でも暑さは残りますが、各クルーアップしたのち水上へ。ホテルに戻ってからはクルーごとのミーティングも行われました。

7月17日 (金)

午前中は連日と比べれば気温も低く、過ごしやすい気候でした。艇やオールの気になる部分は随時調整しながら、各クルーハイレート、高強度のプログラムを組み込みながらのトレーニング。

午後はやはり気温も上がり強い日差しのなかのトレーニングとなります。体調維持のためにも、コース滞在時間を短く、集中して取り組んでいます。日本クルーの他に、カナダのクルーやブルガリアクルーも同じ時間にトレーニングを行っていました。コース周辺では会場設営も進み、少しずつ大会らしい雰囲気が出てきています。

組み合わせによって早いクルーは、来週水曜日には最初のレースが始まります。各自必要なことを確認し、よいトレーニングを積んでいきたいです。



LM2x (長田選手(早稲田大学)、大塚選手(日本大学))



LW1x (富田選手(明治大学))



コース周辺には他競技のフィールドも。