

東京オリンピックおよびギザビエコーチ 体制6年間の総括について

新型コロナウイルスの影響による大会の1年延期、徹底した感染対策、無観客での開催等、これまでに経験したことのない異例の環境の中で開催された「2020 東京オリンピック」ならびにギザビエコーチ主導の下に推進してきた6年間の強化活動の総括について、ギザビエコーチの自己総括も踏まえて以下のとおり取り纏めましたので報告いたします。

【東京オリンピックの総括および評価】

1. 出場権獲得・出場種目について

- (1)男女それぞれ1種目ずつ LW2x(大石・富田組)と M1x(荒川選手)計2種目の出場権獲得となり、前回のリオ五輪と同様であった。
- (2)アジア・オセアニア大陸予選(日本・東京・海の森)では、実施4種目(LM2x、M1x、LW2x、W1x)すべてで1位となったが、World Rowing による”Qualification System”ならびに日本代表選手選考基本方針に基づき、決勝レースの%IDT により上述2種目を日本代表クルーに決定した。
- (3)選考されなかった2種目(LM2x、W1x)については、世界最終予選(スイス・ルツェルン)に臨み、LM2x(西村・古田組)は準決勝5位、W1x(米川選手)は決勝3位となり、上位2位までに付与される出場権は獲得できなかった。
LM2x は唯一の軽量級種目であり漸次競争レベルが上がり世界との差をつめることはできなかった、他方、W1x は欧州の強豪国と互角に戦い、今後のオープン種目強化へ明るい兆しとなった。
- (4)「2024 パリオリンピック」では、ボート競技の参加人数の削減が予定されており、今後の”Qualification System”の動向(例、大陸予選の実施種目・出場枠)を注視していく必要がある。

* ①全7種目、実力本位・レース結果の上位より出場権を付与する世界選手権および世界最終予選と②2種目(1x、L2x)に限定し Universality を考慮し出場権を付与する大陸予選とは根本的に異なる。
(アジア最強の中国は、世界選手権において出場権を6枠確保していたため、アジア・オセアニア大陸予選には出場できず)

2. オリンピックの成績について

- (1)LW2x=10位(Final B)、M1x=11位(Final B)となり、いずれも入賞(8位以内)に一步届かなかった。
なお、昨年来のコロナ禍のため、東京大会前の欧州の強豪国とのレース経験は、唯一5月のワールドカップ第2戦(スイス・ルツェルン)のみとなった。
- (2)東京大会の成績は、過去5回のオリンピックとの比較において、一定程度改善が見られ、出場した LW2x、M1x ともに世界の強豪と伍していけるレベルに近づきつつある。
2000m であと「5秒」縮めれば、Final A 進出、メダル獲得が見えてくる。

* 過去 2 回のオリンピック(ロンドン、リオデジャネイロ)との比較

東京では Final B の中での順位の改善、また7位(Final B1位)との差でも LW2x では5秒差(リオでは 18 秒差、ロンドンでは 15 秒差)、M1x では6秒差(ロンドン LM2x では 18 秒差)

* 男子では北京以降の 4 回のオリンピックの中で最高位

(参考)過去5回のオリンピックでの成績一覧

	男子 軽量級ダブルスカル	男子 シングルスカル	女子 軽量級ダブルスカル	女子 シングルスカル
2004 アテネ	6 位 (武田・浦)	—	13 位 (岩本・内山)	—
2008 北京	13 位 (武田・浦)	—	9 位 (岩本・熊倉)	—
2012 ロンドン	12 位 (武田・浦)	—	12 位 (岩本・福本)	23 位 (榊原)
2016 リオデジャネイロ	15 位 (大元・中野)	—	12 位 (大石・富田)	—
2020 東京	—	11 位 (荒川)	10 位 (大石・富田)	—

1) 過去5回のオリンピック出場種目はスカル種目のみ。選手数としては男子-5名、女子-7名。

2) 「2020 東京大会」は新型コロナウイルス感染拡大により 1 年延期され実施は 2021 年 7 月。

3) 表中の網掛けは Final B 以上の成績。

3. オリンピックの成績の評価等

(1) 東京大会およびそのプロセスにおけるアジアオセアニア大陸予選、世界最終予選における成績から、欧・米・豪州のボート強豪国との差は残るものの、アジア勢として健闘し、LW2x、M1x 共に世界レベルのパフォーマンスを発揮でき、世界との GAP も縮まってきている。

とりわけ、オープン種目 M1x については、2017 年にオープンカテゴリーに転向後、着実に成長し、今後オリンピックにおける軽量級種目がなくなることが想定される中で、今後の強化活動の一つの教訓一ポテンシャルを見極め複数年の継続強化により国際競技力の着実な向上を図る一になるものである。

(2) 成果の主因としては、ギザビエコーチが主導するトレーニング・プログラムの継続実施によるフィジカル面の強化によると考えられる。

(例、エルゴ記録の向上、コンスタントにおける高レートによる艇速維持、第4クォーターでもタイム落ちせず海外クルーに負けない漕力等)

(3) コロナ禍の影響により日本代表候補選手を例年より長く固定し、とりわけ、重点強化種目である軽量級ダブルスカル(チームボート)の成熟を主眼に取り組んだが、オリンピックにおける唯一の軽量級種目であり競争も激しくなっており、LW2x ではフィジカル面では世界と戦えるレベルにあるが、テクニック面(高い効率の技術、ユニフォーム等)の完成度に課題を残し、LM2x ではテクニック面では一定のレベルにあるものの、漕力のベースとなるフィジカルレベルが十分ではなかった。

(4) 世界選手権、世界最終予選における出場権獲得は叶わず、いずれも Universality(参加国の多様化)を考慮した限定種目によるアジア・オセアニア大陸予選での出場権獲得となった。

但し、実施4種目すべてで1位となり、アジア地域での一定度のプレゼンスは確保でき、また世界最終予選での米川選手(3位)の成績は、荒川選手とともに、今後のオープン種目での可能性を十分に示せた。

(5) 新型コロナウイルスの影響により強化合宿や海外遠征の実施にあたり様々な制約があったが、スポーツ庁への「帰国後 14 日間待機」の代替措置の適用申請、合宿受入地の地元、行政機関の支援等により、コンディションならびに能力維持のための練習環境が整備できた。

(6) オリンピック33競技の日本代表選手団編成の中で、ボート競技の編成は最小6名(内、選手3名)で

あった。オリンピックでのメダル獲得とともに、出場種目、出場人数ともに増やす戦略もバランスを考慮し推進していく必要がある。

*カヌー競技の状況

日本代表選手団(スラローム&スピリント) 25名(内、選手12名)、実施16種目で最高位10位

【ギザビエコーチ主導による6年間の強化活動の総括】

2015年11月よりギザビエコーチを招聘し、実際に体現してきた強豪国フランスの「強化システム」を取り入れ強化活動を推進してきた。新たなトレーニングプログラムの導入や日本代表選手の選抜方式(Small Boat Selectionの実施や選考指標としての%IDTの活用等)、海外キャンプを含む強化合宿や海外遠征等を継続実施してきたことにより、着実に国際競技力の向上が図られ、世界レベルとのGAPも縮まってきている。

*ギザビエコーチが提唱するローイング

- ・ローイングはゆっくり、1本1本艇の動きに集中し、ストロークの効率を考えながら漕ぐべき。
- ・ベースとなるB1、B2トレーニングは低レートでフルプレッシャーで漕ぎ続けるトレーニングである。
- ・ドライブフェーズはフルプレッシャーでウェイトトレーニングのように漕ぐことが重要である。
- ・レースの70%は有酸素のエネルギーによって賄われている。
- ・大きなエネルギーを生み出す有酸素能力と、そのエネルギーを艇速に変換するための「大きく強い」漕ぎが必要である。

(1) 所謂フランス式トレーニングプログラムについては、多くの国で取り入れられているものであり、水上におけるB1およびB2トレーニング(低レートで一定時間漕ぎ続けることによる有酸素能力の向上、技術的な効率性を毎回のローイングで追求)、陸上におけるC2トレーニング(強度の高い運動を持続するためのサーキットトレーニングの一種)を特徴としているが、その目的を共有し、継続実施してきた。

ローイングにおける効率の良い技術とB1・B2トレーニングは切り離して考えることはできず、質の高いトレーニングによりフィジカルレベルが引き上げられ、エルゴ記録やスカルにおけるタイムが更新され、世界レベルの選手がでてきている。

他方、ボート競技はパワースポーツでありフィジカル強化は永遠の課題であり、個々のレベルアップは必須である。世界へのチャレンジをめざす選手はエルゴ%IDT95%~97%は最低限必要で、その上でローイングにおける効率的な技術を修得する必要がある。

(2) 毎年日本代表選手選考プロセスではすべての選手にチャレンジするチャンスを確保するとともに、3月にSmall Boat Selection(小艇-シングルスカル、ペアによる強い「個」を選抜)を実施し、その後の評価レースを代表選手決定のプロセスのなかで複数回行うことにより、選手を絶えず厳しい競争環境の中でトレーニングの質を高め、世界と戦う強いマインドを持てるようになった。

(3) %IDT(世界最高タイムに対する達成度)については、世界トップとのGAPや種目毎の国際競争力の比較のための一つの指標とし日本代表選考プロセスにおいて活用したが、透明性への配慮や根拠の説明が不十分であったことは否めない。風、温度等異なる気象条件の中で行われるボート競技における特性を踏まえ、より合理性、納得性ある基準の設定のあり方について、引き続き研究していく必要がある。

(4) 2017年シーズンよりオープンカテゴリーの強化を行ってきており、個人種目スカル(M1x,W1x)においては世界レベルのパフォーマンスが発揮できるようになった。しかしながら、1位、2位のシングルスカルの組み合わせが最速のダブルスカルにならないことがあり、チームボートやスイープ種目については成果がみられなかった。「個」の力を引き上げることを優先したトレーニングプログラムや選抜方式、更には、長年にわたり軽量級を強化重点種目に位置づけ取り組んできたことが一因と考え

られる。

オリンピックにおける軽量級がなくなることが打ち出されている中で、フィジカル面における更なる向上を図りつつ、チームボートにおいてテクニックやメンタルの面の強化により相乗効果を生み出せる新たな視点による取り組みが急務である。

- (5) ボート界全体の一体感の醸成や求心力ある強化活動の推進のためには、ビジョンや強化戦略の発信と共有、医科学・情報・栄養・メンタル等を含むサポート機能との連携が重要であるが、この点での取り組みが十分ではなかった。
また、選手を中心に据えコーチ、マネジメントチーム、所属チーム間のコミュニケーションのあり方についても改善を図っていかなければならない。

【今後に向けた課題】

東京オリンピックの総括ならびに今後の軽量級の動向、大会後の JOC 強化費の大幅削減等の「強化」を取り巻く環境の変化を踏まえ、今後に向けた主な課題を以下のとおり整理する。

- (1) 現行トレーニング・プログラムの継続推進によるフィジカルレベルの一層の向上
- (2) パリオリンピックに向けた強化事業の選択と集中、オープン・スウィープ種目の強化基盤の整備
- (3) タレント発掘・育成・強化までの長期パスウェイの実効性あるシステムの確立
- (4) 所属チームとの連携強化とトレーニング環境の整備
- (5) PDCA サイクルの定着による漸次成長と計画的・安定的な強化活動の推進

以 上