

2025 年シーズン強化方針

はじめに

パリ大会を終えローイング競技を取り巻く環境は大きな変革期を迎えている。従来重点強化種目と位置付けてきた軽量級種目がパリ大会で打ち切りとなり、コースタル種目が 2028 年ロス大会より新たに加わることとなる。

本会では、これから 10 年後を見据えてそのような環境変化に対応するため『2024 年パリ大会後の国際競技力向上に向けての強化総括』を実施し、まずは詳細に現状把握と解析を行い、そして、次期強化計画策定に向け方向性を示すタイミングとなっている。

2025 年シーズンはとりわけその次期強化計画のスタートの年であり新たな戦略の下、パリ大会までの総括で明確となった改善すべき活動に関し見直しを進めていくことになる。

新たな強化体制構築も含めて 2028 年ロス大会へむけて初年度として以下の通り推進する。

Vision

競技力、普及、ガバナンスの全ての面で世界の強豪国となる。

世界選手権ではシニア A 代表において男子シングルスカル種目のメダル獲得、その他の種目では 2028 年ロス大会を見据え Final B を目指し『世界と戦う』マインドをチーム一体で醸成を目指す。

また、2026 年にはアジア競技大会が自国開催となり 2028 年ロス大会の『マイルストーン』と位置づける。今後 2028 年ロス大会の種目が確定となるが、2027 年世界選手権での 2 種目以上のオリンピック出場枠獲得を目指し、最終的な目標であるオリンピックでのメダル獲得へ向けて 2028 年ロス大会での Final A 進出を目指す。

同時に、新たにオリンピックに追加されたコースタル種目に関する中長期の強化戦略の確立とクラシック種目と共存する選手、所属団体が挑戦しやすい環境の構築などをコースタル委員会とも連携し国内の環境整備にも取り組む。

そして、持続可能な国際競技力向上にむけ次世代選手の強化・育成に繋がるようシニア B・C 代表、U23・U19 カテゴリーの継続的な強化を推進する。

Mission

- (1) 現行強化メソッドの改善および浸透と継続的なトレーニングの実施
- (2) オープンカテゴリーの強化
- (3) 組織力の強化
- (4) U23、U19 世代の育成及び強化
- (5) 国際大会への積極的な選手派遣
- (6) 協会総括における課題改善

Objectives

(1)-1 日本代表選手及び所属団体における強化メソッド実施

パリ大会までの活動により現行プログラムの継続的な取組での選手のフィジカルレベルの成長は確認できた。しかし、現行プログラムにも改善の余地が残されている。選手育成・強化のためには、同じトレーニングを継続的に行うことが重要であり、東京オリンピック後から積極的に日本代表選手及び所属団体とトレーニング方法（強化メソッド）の共有を図ってきた。

また、『切れ目のない強化活動』、『次世代指導者育成』の観点でもサポートコーチ制度を導入し、強化合宿のみならず大会等の遠征にも派遣し、課題はあるものの制度として前進してきている。

そして、パリ大会までの取り組みにて最も改善できたことは代表チームと所属団体と連携強化である。選手の活動環境向上に向け定期的な全体ミーティングや個別ミーティング等も実施し方針や進捗の共有を行った。今後 2028 ロス大会に向けシニアカテゴリーにおいては社会人団体との更なる関係構築に注力し、U23 カテゴリーは大学連盟、U19 は高体連強化専門部との連携も強固なものとなるよう取り組んでいく。

(1)-2 代表チームの識別

国際競争力向上に不可欠である選手・コーチ等の国際経験を積む機会を創出することを目的に『シニアカテゴリーのナショナルチームの考え方』（2023年3月11日 JARA 発 2022-418号）を整理した。その中で B・C 代表については未来の A 代表となる次世代選手に日本代表として国際大会を経験する機会を創出するという目的が掲げられている。

パリ大会までの取り組みでは 2023 年には 2 度の欧州遠征、2024 年は国内スケジュールの関係でアジアレベルの大会への派遣を行った。

ハイパフォーマンスが要求され、世界ローイング選手権を視野に入れた A 代表。次世代強化を目的とした欧州等におけるインターナショナルレガッタやアジアローイング選手権を参加対象とする次世代選手からなる B・C 代表。協会総括の中ではそれぞれの位置づけ、あり方の検討が必要となったが各ナショナルチームを明確に識別し強化を推進する。

(2)-1 オープンカテゴリー強化事業

冒頭述べた通り最重点種目と位置づく軽量級種目が 2028 ロス大会から除外となりオープンカテゴリーのみでのオリンピック競技大会となる。ここまでのオープンカテゴリーの実績としては、2022 年ワールドカップでのオープンペア 4 位入賞、2023 年以降は男子シングルスカル荒川選手がワールドカップでメダルを獲得するなど、世界で通用することを証明している。特に 2024 パリ大会までのプロセスにおいて世界で通用するにはエルゴメーターでのフィジカルレベル（ERGO %IDT 95%以上）が必要であり、個の水上市評価でのレベルの高さに繋がり、その集合体がクルーでのパフォーマンスに繋がることも概ね証明されている。

また、更なる強化活動を通してオープンカテゴリーでの持続的な成長を果たすトレーニングプログラムの確立や支援体制の整備などあらゆる角度で整えナショナルチームとして成長し続けるための基盤整備をおこなう。

特に 2026 年にはアジア競技大会が自国開催となり 2025 年から 2026 年にかけてオープンカテゴリーでの継続的な強化プログラムの基盤確立と 2028 年ロス大会の成功の可能性について高めるべくプログラムを構築していきたい。

2025 年 4 月にアジア競技大会の正式種目が確定する予定であり、その種目確定次第、強化策も検討していきたい。

また、代表選手育成のための事業として U23・U19 カテゴリーの継続強化にも取り組みさらなるオープン種目の強化にも積極的に取り組んでいく。

この世代の選手層を厚くし、国際大会への参加を支援することで、次世代のオリンピック日本代表の育成を行いたい。

(2)-2 アジアの強豪国を目指す

アジア地域のレベルは 2023 年アジア競技大会、2024 年アジア選手権の結果から高まりを見せている。2026 年自国開催のアジア競技大会に向けても容易にメダル獲得が保証されるものではなく、アジア地域での挑戦も継続しつつ、種目を見定めながらアジア地域での活躍を図り、強国となるよう取り組みを継続する。

特に B・C 代表における国際大会への派遣を積極的に実施することで、世界及びアジアのレベルを実感することで選手のモチベーション向上を促せるようサポートしたい。

(3)-1 体制の確立および支援体制の構築

新たな戦略に対応すべく強化体制の充実および役割の明確化が必要である。

前体制で一貫した考えの下継続することで成熟される形も存在した。

この 9 年間の取り組みを基盤に新たに示す次期強化計画に向かって新戦略を推進する体制構築、整備を目指す。

ポイントとしては 3 点。

1 点目は新たなヘッドコーチにパフォーマンスコーチ（※）の機能を有していただき技術面の支援だけでなく、組織として成長し、チーム一体となるような取り組みを目指す。2 点目はフィジカルトレーナーの設置と栄養、医科学など専門家との連携にて選手を支援する体制を目指す。

そして、最後にマネジメント体制の強化である。

日本オリンピック委員会が東京大会以降配置したハイパフォーマンスディレクターを中心とした各カテゴリーのスタッフ、そして事務局とも連携したマネジメント機能の強化を推進する。

※パフォーマンスコーチとは・・・パフォーマンス向上のためのあらゆる問題解決を担うコーチ

(3)-2 サポートコーチ制度の更なる拡充

これまで選手一人一人への代表チームへの支援、そして、所属チームにおける継続的なサポート体制の構築を目指しサポートコーチ制度を採用し、次世代指導者育成の機会を創出してきた。制度の運用の中で明らかになった課題にも取り組みつつ、今後も継続

しシニア・U23 コーチの下、冬季の国内合宿で活動し、強化メソッド等の方向性を共有しながら、国際大会へ帯同していきたい。

(3)-3 協会内組織連携

アスリート、医科学、パラローイング委員会などとの横断的な連携により、合宿国際大会においてより快適なチーム環境を構築する。

また、国際競技力向上に向けてアスリート育成パスウェイの再構築が急務であり、スポーツ庁、日本スポーツ振興センターが示す方針等を参考にローイング版アスリート育成パスウェイの再構築を企画・戦略、普及、指導者育成、広報委員会等と連携し取り組みを展開している。パスウェイマップの更改、浸透を目指し取り組みを推進する。

2028 年ロス大会で新種目となるコースタル種目については、さらなる環境整備が必要なことから、今後の強化推進体制なども含めてコースタル委員会と連携し検討していく。

(3)-4 スポーツインテグリティの追及

強化活動を健全に推進するには組織、個人としてスポーツインテグリティが理解され浸透していくことが重要である。日本オリンピック委員会が掲げる『JOC ビジョン 2064』には『スポーツの価値を守り、高め、繋げていく』と設定し、3 つの活動指針の中に『憧れられるアスリートの育成』を掲げている。

ローイング界においても『アスリートの成長は財産』であり、スポーツの価値を意識し、競技力だけではなく人間力向上にも取り組み『憧れられるアスリート育成』に繋がる取り組みを推進する。

(4)-1 継続強化

長期的な代表チームの競技力向上を考えた際、これまでのタレント発掘・育成事業の改善と継続が重要である。国内の少子化や日本のローイングにおける競技人口減少の課題からも、U19 世代でのタレントの発掘については特に高身長・高フィジカル選手の発掘・育成に注力し推進する。U23 カテゴリーまで育成した選手がスムーズにシニア世代につなげることが、協会にとって、最も難しい課題であることから、大学連盟や各所属団体とも連携し U23 世代の選手への継続的な支援を検討する。

また、タレント発掘の成功例が多いイギリス、オーストラリアの例も参考に『種目最適型』のタレント発掘・育成を展開も目指し、体制整備をおこない推進する。

2023 年度よりシニアカテゴリー内でもメダルポテンシャルアスリート制度（以下 MPA 制度とする）を制度化し、改善を図っている。今後も FTEM フレームワークを活用し MPA 制度でのハイパフォーマンス領域への支援ならびにシニア B・C 代表制度なども改善を図り、選手選考後も海外レース出場機会の創出や年間通しての国内合宿などで強化メソッドの継続などを目的に強化を図っていきたい。

(4)-2 所属団体との定期的なミーティングの実施

先述の通りパリ大会までの取り組みシニアカテゴリーにおいてナショナルチーム活動の理解促進等を目的に定期的なミーティングの実施などコミュニケーション機会を設け

てきた。2025 年度以降も継続的な実施の中、環境変化に対応できるミーティングの在り方や U23 カテゴリーの強化・育成システムの改善に繋がるよう各大学の代表者が所属する大学連盟との定期的なミーティングを実施することで日本代表チームにおける発信を全国の大学チームへ繋げられるよう努力したい。

(5)-1 2026 年アジア競技大会に向けて

先述した通りアジア地域での競技レベルは高まりを見せている。また、日本チームではオープンカテゴリーの強化システムの完全移行と 2026 年アジア競技大会の自国開催というイベントも控えている。

2025 年シーズンはシニア A 代表を世界選手権に向けて徹底強化を図るが、B・C 代表は SBS、評価レース等で識別以降もレベルに応じた国際大会への派遣を進めることで各所属団体とも一体となった取り組みにより強化活動のフローを見出していきたい。またそのプロセスがオープンカテゴリーの強化基盤形成に繋がるよう整備を行う。

(6)-1 選考方法の検討

日本代表代表選考については 2026 年のシーズンに向けての選考より改善を検討する。

SBS は個の評価として所属団体等から一定の支持があるものの代表選手などからの納得度（チームボートの選考手法など）について否定的な意見も確認されている。

よって、オフシーズンの継続強化の在り方や SBS 以降の評価の在り方などを検討し改善を検討する。

(6)-2 強化拠点の活用

2024 年 4 月より競技別強化拠点が『海の森水上競技場』に移転されている。予算状況や選手の声も確認し各カテゴリーでの強化拠点、JOC 強化拠点センターの活用方針を検討する。

その他：

- ・インドア・コースタル・パラローイングとの合同強化計画の立案及び実施
- ・ナショナルチーム体制の役割分担の明確化（定期的な変更がある毎に公表を行う等）
- ・代表チーム内の目標設定、コミュニケーション改善策の策定及び実施

○強化活動計画について

- (1) 前項の強化方針に基づき下表の通り実施を進めている。
- (2) 2025年3月以降は選抜された日本代表候補選手を対象に、派遣する国際大会のスケジュール（現時点ではA代表：オリンピックローイング競技、世界ローイング選手権、ローイングワールドカップ、B・C代表：ローイングワールドカップ、インターナショナルレガッタ、アジアローイング選手権など）を勘案しつつ、強化合宿（含む、海外）を計画する。
- (3) なお、選考方針、毎月の各イベントの実施要項等については、確定の都度、通知する

【シニア】

事業	場所	期間
SBS 予選	戸田ボートコース	3月4日(火) 【終了】
SBS 本戦	海の森水上競技場	3月15日(土)～3月17日(月) 【終了】
3月合宿	戸田ボートコース	3月19日(水)～3月27日(木)
評価レース	戸田ボートコース	3月26日(水)～3月27日(木) 予備：4月2日(水)～3日(木)
4月強化合宿	戸田ボートコース	4月7日(月)～13日(日)
6月欧州遠征	フランス・エギュベレット	6月1日(日)～7月1日(火)
<u>ローイングワールド カップ</u>	<u>バレーゼ・ イタリア</u>	<u>6月13日(金)～15日(日)</u>
	<u>ルツェルン・ スイス</u>	<u>6月27日(金)～6月29日(日)</u>
7-8月強化合宿	田瀬湖	① 7月21日(祝・月)～8月8日(金) ② 8月22日(金)～9月5日(金)
9月強化合宿	海の森水上競技場	9月8日(月)～15日(祝・月)
世界ローイング 選手権	上海・中国	遠征：9月16日(火)～29日(月) 大会：9月21日(日)～28日(日)
アジアローイング 選手権	ポーパール・ インド	11月26日(水)～12月2日(火)

【WUG】

事業	場所	期間
SBS 予選	戸田ボートコース	3月4日(火) 【終了】
SBS 本戦	海の森水上競技場	3月15日(土)～3月17日(月) 【終了】
3月合宿	戸田ボートコース	3月19日(水)～3月27日(木)
4月強化合宿	戸田ボートコース	4月7日(月)～4月13日(日)
6月強化合宿	未定	6月3日(火)～6月22日(日)
7月強化合宿	未定	6月30日(月)～7月17日(木)
World University Games	デュイスブルク・ドイツ	遠征：7月18日(金)～29日(火) 大会：7月25日(金)～27日(日)

【U23】

事業	場所	期間
SBS 予選	戸田ボートコース	3月4日(火) 【終了】
SBS 本戦	戸田ボートコース	3月15日(土)～3月17日(月) 【終了】
3月合宿	戸田ボートコース	3月19日(水)～3月27日(木)
評価レース①	戸田ボートコース	3月26日(水)～3月27日(木) 予備日：4月2日(水)～3日(木)
4月強化合宿	戸田ボートコース	4月7日(月)～4月13日(日)
評価レース②	戸田ボートコース	4月8日(火)
6月強化合宿	未定	6月3日(火)～6月22日(日)
7月強化合宿	未定	6月30日(月)～7月15日(火)
U23 世界ローイング選手権	ポズナン・ポーランド	遠征：7月16日(水)～29日(火) 大会：7月23日(水)～27日(日)

※予定は変更となる場合があります。