



さあ行こう、ローイングの世界へ！

日本ローイング協会パラローイング委員会発刊のニュースレター。2023年 第2号では2023年1月強化合宿と、日本初開催のVirtual Indoor Rowing大会をレポートします！

特集記事 2023年1月強化合宿

パラローイング日本チームは、1月27-29日東京ゲートブリッジを望む 海の森水上競技場にて強化合宿を行いました。シングルスカル・ペア・舵手つきフォアで乗艇し有酸素トレーニングや技術練習を行いました。同競技場は東京パラリンピック大会の会場であり、トレーニング施設・宿泊施設も充実し、エルゴメーター・ウェイト・ワットバイク等陸上トレーニングも手軽に行えます。宿泊設備もバリアフリー対応となっておりパラ選手も不自由なく宿泊できる施設です。また、東京メディカル・スポーツ専門学校の方々にもサポートいただき、体のケアにも努めることができ、実り多い合宿となりました。



明け方より練習開始



PR1市川選手



PR3 坂口・西岡・高橋・澤田・来海選手



PR3若杉選手



トレーニングルーム



体のケアの様子



宿泊室 バストイレもバリアフリー仕様

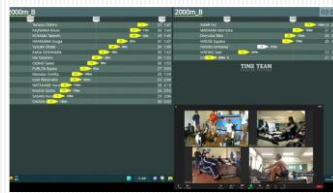


食堂とケータリングサービス

日本初！Virtual Indoor Rowing大会

普段トレーニングに使用するエルゴメーターをオンラインで結ぶことにより、多地点・同時にエルゴメーターのタイムを競う大会で、2月4日に国内で初開催されました。500/1000/2000mの距離、性別・年齢・競技経験・障がい有無によりカテゴリー分けし、全国ランキングを付けます。パラローイング日本チームからは3拠点より4名が参加しました。

国内初の試みであり、レーススケジュールの遅れや、オンライン接続不具合が発生しましたが、YouTubeでの実況解説や、一度に多人数が参加するリレー種目もあり、盛り上がった大会となりました。



YouTubeでのLIVE放映
参加全艇の順位や漕いでいる姿(ZOOM経由)を実況解説付きで表示
LIVE映像はこちら→



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。今後もコロナの状況で変更が生じる可能性がございますため予めご了承お願い申し上げます。

【直近の活動予定】

■強化練習/合宿

- ・2月18日
- ・2月23-26日
- ・3月4・18・25日
- ・3月10-12日

強化練習/相模湖漕艇場
強化合宿/海の森水上競技場
強化練習/相模湖漕艇場
強化合宿/
米子市錦海ポートコース

■乗艇体験会/合同自主練習会

- ・3月5日 乗艇体験会・合同自主練習会/相模湖漕艇場
- ・3月12日 乗艇体験会/米子市錦海ポートコース



有安選手@相模湖



市川選手@相模湖

エルゴメーターをPCに接続し大会サーバーに接続します。漕ぐ姿もスマホでZOOM会議に参加しアップします。

公式Twitter始めました！！ @JAPANParaRowing <https://twitter.com/JAPANParaRowing>