

グスタフソン・日本のスキー-O を語る



< Gustavsson 氏紹介 >

氏名：Bjorn Gustavsson (ビヨン グスタフソン)

愛称：グスちゃん、ビヨーン

出身：スウェーデン

年齢：35 歳、独身

15 歳より SKI-O をはじめ、その後スウェーデンナショナルチームの一員として活躍。現在は一線を退いているものの、そのスキーテクニック、トレーニング方法、その他 SKI-O に関するすべてのことについて知り尽くしている。日本にはオーロラの研究で極地研究所に勤める研究者として 2001 年秋に来ており、2003 年年末まで日本に在る予定。

性格はきわめて明るく、オレンジ（及びオレンジジュース）、バナナなどのフルーツが好物。合宿中は、食べているか、スキーしているか、寝ているかのどれかである。もちろん、一番最後まで寝ていることが多く、大事なレースの日でも余裕の貫禄を見せる。

2002 年から 2003 年の日本でのスキー-O シーンはグスタフソンなくしては語れない。

とてつもない怪物の出現に日本のスキー-O 選手は燃え、学び、修行した。

そのグスタフソンが日本のスキー-O について語る。

スキー-O こそ日本に似合う

私にとって、日本でのフットオリエンテーリングは、スウェーデンに比べて楽しいものではない。日本は気温が高く、斜面は急、地図は緑、オリエンテーリングをやるような場所ではなく、もしやったとしても何も得るものが無く、ただ疲れるだけなのだ。

無礼なことを言っている外国人と思うかもしれないが、これが日本でのフットオリエンテーリングに関する私の感想なのだ。

いっぽう、日本でのスキーオリエンテーリングはスウェーデンのものとはほとんど同じである、ということも感じている。

日本でのスキーオリエンテーリングは気候がよく、スキーでアップダウンするのに適度な斜面で、地図上の緑は細いものも太いものも有り、本当にスキーをするのに良い場所なのである。日本でのスキー-O を通じていまだに学

ぶべきこともある。

そう、日本のオリエンティアはスキーオリエンテーリングとクロスカントリースキーにも挑戦してみるべきだと私は思う。

訳者注

スキーオリエンテーリングでは、地図上の緑色の線はスキートラックを示す。太い線はピステで圧雪された幅が 2m 以上のトラックであり、点線がスノーモービルによってつけられたトラックを示す。

スキー-O は簡単か？

スキー-O のことをよく知らない人は、「スキー-O は最初にスタートした人の滑った跡をただたどっていくだけなんじゃないの？」なんて思っているかもしれない。

大会主催者はレース前にスノーモービルを使って、広いトラックと狭いトラックで入り組んだ複雑なネットを作り、そのネットを地図上に表記し、すべてのポストをトラック上に設置する。

これじゃものすごく簡単なオリエンテーリングなんじゃない？ なんて思う人もいるかもしれない。

ある意味、それはその通りである。しかし、違いもたくさんある。SKI-O とフット O の一番大きな違いは、すべての道の交差点で正しい判断をしなければならぬということである。2, 3 年前に、レース後に交差の数を数

えてみたら、30 分 (1800 秒) というショートレースの間に、180 箇所のトラックの交差箇所があった。つまり、10 秒に 1 回は交差箇所があるのである。交差箇所ごとに平均一秒間のロスがあったとしたら、レースを通じて 3 分間の差がついてしまう。すべての交差箇所において正しいトラックを選択して進まなければならないのだが、正しいルートを即座に考えることは困難である。そのため、フット O よりもより慎重なルートチョイスを行い、ポストからポストまで完全に正しいルートチョイスをしておき、その通りにトラックを進まなければならないのである。また、地図をじっくり読む時間や、交差箇所ごとに躊躇している時間は無いので、あらかじめきちんとルートを選択し、動き出す前によくプランニングしておくことの重要性が非常に高いのである。しかも、これがコース全体にわたって続くのだ・・・。

スキー-O は MTB-O と共通している部分がたくさんある。トラックを進むために、ルートチョイスが重要であることだけではなく、もっと小さなこと、例えば両手の自由が利くようにマップホルダーを使ってマップを持つ必要がある点などである。

これはそれほど大きな違いであるようには感じないかもしれない。しかし実際に地図を読む時に、実に大きな違いであることに気付くだろう。

フット O では、サムリーディングを

行い、地図を読むときは親指の近くを見ればよいだけである。地図を読むのは実に簡単な事である。(ごつごつした岩がちな場所では大変だが・・・)

スキー-0 や MTB-0 で地図を読むには、もうちょっとトリッキーな技術が必要である。滑っている最中でも、地図上で自分がどこにいるのか、正しい場所をピンポイントに目でフォーカスする必要があり、自分が地図上のどこにいるのか、あちこちを目で探し回らないようにしなければならないのである。

このことは、完璧な地図読み能力のあるオリエンティアにとって、最初は難しいことかもしれない。しかし1, 2回スキー-0 のレースに出れば、きっとできるようになるだろう。

これは私が始めて東京をバイクでツアーリングしたときの感覚に似ていると思う。バイクの乗り方は知っているのだが、皆が左側を運転しているのである。スウェーデンにいる頃には何も考えずに自然に運転していたのだが、日本では曲がる度に集中して考え直さなければならなかった。しかし、2回目には問題なく運転できるようになったのである。



日本のスキー-0 大会

日本では良い Ski-0 の大会が行われていると言えるのだろうか？ 答えは Yes である。私の地元であるスウェーデンでの大会と比べても、特に問題はない。もっともスウェーデンの大きな大会では、もっと多くのそしてトリッキーなトラックネットワークになっているのが違うくらいだろう。

日本の競技者について

日本のスキー-0 の競技者は十分なレベルか？ 問題ない。あきらめる必要は無い。今年、トレーニングキャンプに参加したほとんどのスキーヤーにはかなりの進歩があったし、今は本当に優れたテクニックで滑ることができる。さらに、彼らはスキー-0 のための特別な技術である狭いトラックの滑り方を学んだのである。

訳者註：

Gustavsson 氏は、5月のゴールデンウィーク合宿、11月の初滑り合宿、12月のクリスマス合宿をはじめとし、12月初旬から2月中旬まで毎週、主に OLP 兵庫のメンバーらとトレーニングを重ねた。

1月に北海道のルスツで行われたスキー-0 J-Cup のロングディスタンスでは、堀江氏が私を破った。競技者である Bjorn にとっては非常に残念なことではあるが、コーチである Bjorn にとっては大成功であった。

訳者註：

Gustavsson 氏は2001年冬から在日中であるが、これまでに開催された国内のすべての SKI-0 大会で圧倒的な差で優勝しており、堀江氏(東北大)が Gustavsson 氏を破った最初の競技者となった。

2月8-10日にスウェーデンの Ostersund でおこなれるワールドカップでは、酒井佳子さんがトップ20、あるいはトップ15位に入るだろうと強く信じている。

訳者註：

実際には、女子参加者36名中、28位であった。Gustavsson は大きなミスをしたに違いないとのコメントを残している。

スキー-0 はフェアなスポーツ

フット0では、本当に良いレースをするためには、本番と同じようなタイプのテレインでの練習が必要である。

これに対して SKI-0 は、どのようなところであれ雪があるところで一生懸命に練習すれば、より上手になれるという意味で本当にフェアなスポーツであり、そこが SKI-0 の良いところである。

今年開催されるフット0の世界選手権のためにスイスに移住したスカンジナビアのオリエンティアを、私はたくさん知っている。フィンランド開催される世界選手権の準備をするために、ロストラップですらノルウェーからフィンランドに昨年移住しているのである。

SKI-0 であれば、こんなことをする必要はない。だから SKI-0 に挑戦してみてください。いつでも大歓迎である。

訳者より：

ビヨンはトレーニングを行う際には、常に各人に何が必要かを考え、それに合わせたメニューを提供してくれたため、今シーズントレーニングを Gustavsson 氏と毎週共にした OLP 兵庫のメンバーをはじめ、一度でも合宿に参加した者は技術的にも体力的にもかなりの進歩があった。また、(ビール抜きの)厳しいトレーニングを耐えぬいた OLP 兵庫のメンバーは、皆2~5kg程度体重を落とすことに成功した。

初心者でも上級者でも、Gustavsson 氏から学ぶことは多い。来年度はぎりぎり年末合宿頃まで日本に滞在する予定なので、Gustavsson 氏から直接習える今の機会にぜひ SKI-0 にチャレンジしてください！

<訳：日本 SKI-0 研究会 柴田達真>

<編集：木村佳司>