

ゆきと爺爺のオリエンテーリング

渡辺ゆき(9歳) きら(3歳) 爺爺(武石雄市65歳) 山形県

SKI-O とトレーニング

クリスマス合宿のある朝。

ゆき「じいじい、僕のマップホルダー
こわれちゃた」

爺爺「あれ！ホルダーのポリが割れ
ちゃったのか」

ゆき「急な坂道で止まれなくて転ん
だらバリ！バリ！って」

爺爺「チェコでロシア人が安く売っ
てたから、お土産に買ってき
ただけど、安いだけ材質が
悪いんだね。爺爺のスペア
を貸してあげるよ」

ゆき「今日の練習、僕もみんなと一
緒なの？」

爺爺「今日は、午前中3kコースを
休みなしで90分滑る事、午
後はスウェーデンの地図で
クロストレーニングだ。幸も
3キロコースに挑戦する
か？」

ゆき「ううん、僕この辺で練習して
る」

爺爺「1周だけでも周って見たら？、
スキーができないとスキー
オリエンテーリングできな
いよ」

ゆき「下まで行ったら上がってくる
の大変なんだもの。でも、1
回だけ行くか」

爺爺「みんながどんな滑り方をして
いるか、グスタフソンさんが
コーチをしていることを聞
いて練習するとスキーオリ
エンテーリングがうまく出
来るようになるよ」

ゆき「地図をみてぐるぐる回るあの
練習か」

爺爺「クロストレーニングと言うん
だ。パトリックから教えても
らったASルンドと似てるけ
ど、こっちの方が実際に近い
練習方法だな。そのほかに家
の中でも練習できるよ」

ゆき「夕べ、ロッジで皆がお部屋を
行ったり来たりしていたあ
れ？」

爺爺「うん、スキーオリエンテーリ

ングをうまくなる為には、ス
キーを速くするほかに大会
の地図に慣れる練習をして
おくんだよ」

ゆき「ぼく、見てたからわかるよ。
地図の道を右とか左とか何
本目をどっちに行くか覚え
るんだよ」

爺爺「そうだ、それだよ」
・・門前の小僧習わぬ経を読む・・

幸は、1月のSKI-O大会を楽し
みに練習していたが、悲しいこと
に当日になって流行のインフル
エンザに罹って参加できなかった
お正月、ゲレンデでアルペン
スキーの練習することになった

ゆき「じいじい、綺羅君もスキーの
修行に行きたいんだって」

爺爺「よし、わかった、綺羅君！じ
いじいとスキーの修行す
る？」

きら「はい、じいじい、きらも連
れてって！お願いします」

爺爺「それでは、今日はジャングル
ジャングルスキー場でアル
ペンの練習だー。スキーのお
洋服に着替えて車に乗って
ください」



一人で滑れる綺羅(きら)君



爺爺の特訓がうれしい綺羅君

2 時間トライアル大会

福島県磐梯高原クロカンスキー
場。2時間で何km滑れるかトライ
する。参加者350名。ゆきは、ク
ロカンスキーの練習成果を試すこ
とになった。

爺爺「ゆき、目標は何キロですか」

ゆき「パパから12kmと言われたん
だけど、爺爺何周するの？」

爺爺「1周が3キロだから4周だね、
幸は出来ると思うよ」

ゆき「スタートレーンは爺爺のとな
りだね」

爺爺「花火の合図で全員一斉にスタ
ートだから転ばされないよ
うに気をつけてね」

ゆき「はい、僕のスキーはうろこ
スキーだから、端の方をクラ
シカルで滑るといいんだね」
「爺爺の目標は何キロ？」

爺爺「30キロ走りたいが、練習して
いないからなー」

ゆき「スタートまで後5分か、きん
ちようするなあ」

スタート後、2周回毎、幸に追
いつき、懸命に頑張っている幸に声
をかけてやる

花火が上がって2時間になっ

た。続々ゴールに集まる

爺爺「ゆき！何キロだった？」

ゆき「11の番号札だから、16.1キロだって」

爺爺「おー！目標より3キロも多く走ったんだ。幸、頑張ったね。疲れたか？」

ゆき「うん、のどかわいたね」

爺爺「甘酒サービスがあるから行ってみようか。オリエンテーリングの仲間達も集まってるよ」

ゆき「うん、でも、僕甘酒好きじゃないよ。ママに電話したいな」

爺爺「わかった。じゃあ、レストランで食事して電話しよう」

ゆき「うん。爺爺は何キロなの？」

爺爺「29.2kmだよ。残念だけど目標に届かなかったねー。まだまだトレーニングしなけりゃ30kmはいかないね」

.....

ゆき「爺爺！65歳クラスで1位だって、おめでとう」

爺爺「お！そうか。ありがとう。1位はうれしいな」

ゆき「僕も、速くなるようにクロカン練習しよう。スケーティングもやりたいな」

爺爺「そんなにあせらなくても、出来るようになるよ。2週間後はSKI-O大会だからね」



2時間トライアル完走の幸と爺爺

SKI-O 大会と役員

楽しみにしていた福島県スキーオリエンテーリング大会に参加

ゆき「爺爺、どのスキーを持ってい

くの？」

爺爺「クロカンスキーだよ」

ゆき「うろこのあるのとないのとどっちなの」

爺爺「同じ長さだけど、うろこありがいいと思うよ」

ゆき「わかった。ストックは長いのがいいね」

爺爺「マップホルダーは修理したし、Eカードは爺爺のを貸すとして忘れ物ないようにね」

ゆき「爺爺は参加しないの？」

爺爺「爺爺はコントローラーなんだ。大会が間違いなく、うまくいくように地図とかコースとかチェックするんだ」

ゆき「爺爺は役員か。僕の知ってる人誰か来るの？」

爺爺「子供は来ないと思うけど、大人の方は来るよ。柴田君とか山本さんとか由香ちゃんや佳子さんも来るよ」

ゆき「大里おばちゃんは？」

爺爺「ゆき！大里さんはおばちゃんじゃなくてお姉ちゃんかもよ。内山さんも来るよ」

ゆき「ふーん。僕、内山さんも好きだから来て良かった」



大会第1日目はスプリント。気温が上昇して雪は春のようにびちゃびちゃ。少ない役員は雪が溶けてなくなったトラックに雪運び

爺爺「ゆき、地図がぼろぼろだね」

ゆき「坂道で転ぶとマップホルダーからはみ出してるところから破れていくんだよ」

爺爺「地図をマップホルダーに入れるときに、使う所だけにして折りたたむんだよ」



ポロポロになった幸の地図

2日目ロングディスタンス

爺爺「幸、スタートから間違えてたけどよくゴールできたね」

ゆき「何処かのおばさんと前の人につられてついていってしまったよ」

爺爺「その後はどうだった」

ゆき「トラックの分かれ道がいっぱいあって、どうしようかと思ってるけど爺爺がいてくれて助かりました」

爺爺「どう致しまして、幸のコースもヨーロッパのように難しいのにペナ無とはえらいよ」

ゆき「スキー-Oは面白いけど、役員はトラックを作ったり橋を架けたり大変なんだね。でもまたやりたいな」

爺爺「そうだ。役員が頑張るから面白い大会が出来るんだよ」

ゆき「役員のおじさんやおばさんにありがとうだね」

爺爺「そう言われると役員の皆も苦労が吹っ飛んでうれしいものなんだ」

(武石雄市)



地図でルートを見てる？ゆき