

目指す大会に100%の実力を発揮するには、計画的に長い準備が必要である。スキーオリエンテーリングはオフシーズンに入った。2004年にはヨーロッパユース、ジュニア・マスターズを皮切りに2年毎に開かれる世界選手権の開催年である。出場を予定している選手が期待している合宿等の計画は、(社)日本オリエンテーリング協会には全くない。日本SKI-O研究会は当然のように残雪を求めて合宿を張った。

■ 新人も参加した合宿

最終目標は、国際大会での成績アップであるが、競技人口が少ない悲しさと助成金が皆無で、主催者も含めて費用は個人負担、参加者を指名して個々に合致したメニューが望ましいがそれが出来ない悲しさ、普及と合わせて新人の発掘も視野に入れ、大した期待はしていなかったが大勢の目に止まるように募集は早くからフットの大会会場にチラシを置いた。

コーチはお馴染みのビヨン。参加申込者11名の中に新人がいる。コメントを見てビックリした。クロカンスキーが初めてで「用具がないからレンタルしたい」とある。

元々普及のためにはどんな要求も受け入れてスタッフからひんしゅくを買っている筆者だが、筆者の意思に変化はなく当然要望に応える事にした。

写真

急斜面を登る合宿参加者のは秋田県側の八幡平スキー場である。関東や南東北からの参加者は車に乗り合わせて、連休に合わせて開通したアスピーテラインを利用することになる。この時期でも夜間凍結のためゲート開かず、深夜に到着して開門までゲート前で数時間待たされた組も居た。電車や航空機利用者は、JR花輪線花輪駅下車でバス利用となる。

○宿舎

この地帯は有名な温泉地帯で後生掛(ゴショガケ)蒸の湯(フケノユ)泥湯(ドロユ)大沼温泉があり、連休中は観光客やら湯治客で物凄い人口になる。我々は、学生も居る事だし合宿料金が摘要される八幡平高原ホテルにした。鷹巣スポ少のアルペン組約100名も同宿で二つの乾燥室もあふれてロビーでもワクシングしていた。

○トレーニング場

頂上付近には、広大なオープンやスキー可能な緩急自在の森林地帯(青森檜松)ありで、どんなメニューにも堪える。事実、高校スキー会の常勝有名校である秋田県

の花岡高校や大館桂高校の新入生がびっしり扱われている光景を目にした。

○休養

温泉めぐりで体を癒し、散策路でドロ火山や地熱発電所見学が出来る。アルペンスキーを楽しめる。

■ トレーニング 目玉は早朝トレーニング

○第1日目(5月3日)

ほぼ1ヶ月ぶりのスキー感覚を確かめるため、新人二人以外はフリーで、ダブルポールをしたり、周囲の山頂をアタックしていた。

新人には、“先ずスキーに慣れろ”ということで小難しい説明抜きでスケーティングテクニックとバランストレーニングをした。

第2日目(5月4日)

頂上付近に行きたいが、アスピーテラインは午前8時30分まで閉鎖されているため、早朝5時、行動開始して7時の朝食に間に合うようにブナや檜松の混在するピークアタックだ。

写真

八神をコーチするグスタフソン

■合宿環境

○アクセス

会場は岩手と秋田の県境に位置する「八幡平」、この時期にスキーヤーのためリフトを運転している

ホテル付近からピークまで凡そ垂直で 400m の連続アップ。登りはじめ (1000m 付近) は急斜面で皆苦勞していたが、しばらくすると湿原と思われるオープンがあったり針葉樹林地帯に出ると木の間を快適に登って行く事が出来た。

高所に慣れず、オープンの堅い雪でトレーニングする者もいたが、先頭組はもう少しでピークという当たりで残念ながらガスが発生して引き返した。

新人には、グスタフソンが付っきりで太い木の周りをダブルポールでぐるぐる回らされていた。

午前のメニューは、

- ① 樹林の林間を利用して、不整地テクニックやバランストレーニングの総合的林間滑走。
- ② マップホルダーを使用してクロストレーニング 30 分。
- ③ 新人には、バランスとスケールディングテクニック。

午後は、折角の機会なのでレストにして温泉めぐりや自然散策路でドロ火山などの自然観察(見学)にしたが、新人の八神君(東北大)は流石に自主トレをして頑張っていた。

第 3 日 (5 月 5 日)

最終日だが当然のように 5 時からの早朝トレーニングである。

コーチと酒井佳子が計画して国土地理院の地形図 (1:25000) をコピーして、コントロールを 5 個の山岳スキー O (アドベンチャー) レースである。

主として地図に記載してあるピークだが、誰も確認していないし途中も含めて行ける保証もない。全く未知の世界である。

午前 5 時、マススタートで一斉に思い思いのコースを走り始めたが、雪解けで増水している川を臍まで使って流されながら川を渡る者、買ったばかり (本年 2 本目) の高価なポールを折損してしまう者、下り地形でパラレルエラーをして朝食時間をオーバーしてしまう者まで、正にアドベンチャーレースとなってしまった。

結果は散々で、大半の者が幼木が邪魔になり 1 番までもたどりつかなかったが、残雪トレーニングとしては慎重に計画して継続に値

するメニューである。

5 日午前、頂上付近のエリアで、最終メニューとしてインターバル形式で林間を総合滑走。ジャンプや片足通過、スピードあるターン等今後の合宿メニュー作成参考となる刺激あるトレーニングをした。

■ SKI-O WOC & 諸々

オリエンテーリングがオリンピックに登場するとすれば、スキーオリエンテーリングが最も可能性が高いと言われている。

IOF が期待していた 2006 年トリノはプログラム委員会止まりで残念な結果になりがっかりした。

オリンピック登場には、IOC 規定でクリヤーしなければならない数字がある。詳細は何方かに譲るとして 5 大洲 (6 大洲?) で競技され、相当数 (50 カ国? 80 カ国?) のオリンピック加盟国で競技が行われ、オリンピック参加国が 40 数カ国あること。

IOF では、非公式であるがアジアでまだ開催されていない (フットは 2005 年愛知決定) SKI-O 世界選手権 (略称 SKI-O WOC) の 2007 年日本開催を再度求めてきた。

日本で開催することにより、競技人口が少ないアジアで参加国の増加 (中国、韓国、北朝鮮、モンゴル等) と競技者の普及拡大させることで IOC 理事への印象を宛てることが目的であろう。

2007 年に立候補するには、形式的であるにせよ 2004 年 1 月末が申請リミットである。

筆者は開催に可能性のある自治体にブリーフィングしたいと思っているが、(社)日本オリエンテーリング協会の理事等でその関心や

認識をもっている方を残念ながら存じ上げない。

トリノオリンピックに登場を逸したことにより、SKI-O WOC は 2004 年から 2007 年まで 4 年連続開催されることになりそうだ。

2004 年 - スウェーデン

2005 年 - ロシア

2006 年 - イタリア

2007 年 - 未定 (日本?)

競技人口が少ないと言っても、WOC に変わりはない。

出場する確率は高い。チャンスを逃がさないで挑戦しませんか!

筆者が SKI-O 普及に取り組んで 10 周年になる。

その間、コーチもスウェーデン人を 3 人、アメリカ人を 1 人依頼して、その技術や大会開催のノウハウを取得してきたが、現在コーチのビヨン・グスタフソンほど真摯に昼夜を問わず、それらを惜しみなく提供してくれたコーチははじめてである。

彼は、自身の研究上の理由で延び延びになっている帰国も、年が明けると早々に帰国が決まっている。残り少ない在日間、9 月のローラスキー山形合宿、11 月の初すべり旭岳合宿、12 月クリスマス & 年末 (蔵王?) 合宿がコーチしてくれる全日程である。

是非参加して、彼の技術とトレーニング方法について習得することをお勧めします。

16 年 2 月末には、SKI-O 研究会発足 10 周年記念大会を冬季国体開催記念と併せて山形県真室川町で開催します。

どうぞ皆様のカレンダーメモに加えて下さい。

写真は主催者の武石と笑顔の白鳥

写真