

個人種目では、世界の壁は厚く厳しい。

リレーならどうだろう? 選手層が薄い日本だが、リレーなら希望が持てる。

2005年の入賞ラインを見据えて熱く語る女子リーダー。



酒井佳子 スキーO 日本代表

### スキーOリレーは格闘技!

スキーO世界選手権でのリレーは、日本女子としては3度目、私にとっては2度目の体験である。

リレーならではの戦略なんて考えたことはなかったが、コーチからは、次のようなことを言われた。

「集団に食らいつき他の選手を利用すること、後続のチームメイトが他の選手が利用できる形でバトンタッチすること」

そういう訳で、1走の私が取った戦略は次のようなものだった。

まずは利用する「相棒」探しである。フィンランド、スウェーデン、ロシア、ノルウェー、チェコは強すぎて問題外。スイスの一番手には適わない。エストニアにもちょっと無理。1998年8位のドイツか、ブルガリアならどうか。頑張ればこの2カ国と団子状態になってバトンタッチできるかもしれない。

さてスタート前。裏返して渡された地図はスタート15秒前までひっくり返していけないが、選手達は何とか透かして見ようとする。と言っても、私には、スタート・ゴール地点と大まかな廻し方ぐらいしか見えない。

そしてスタート!!もう、路地を走る闘牛の群れのような状態で、ポールを折ったり転ばされたりしないように祈るのみである。

- ここでちょっと脱線 -

クロカン競技スキーでは、後ろからパンフライ(退くように)の声をかけられたら、前の走者は道を譲らねばならない。スキーOではこの常識は通用しないどころか、進路妨害されることもある。ピヨンコーチも「1度声をかけられても道を譲るな、手足を広げて妨害せよ」と言われていたが、まさか事実とは.....。



世界選手権ロング種目  
女子トップでスタートする酒井選手

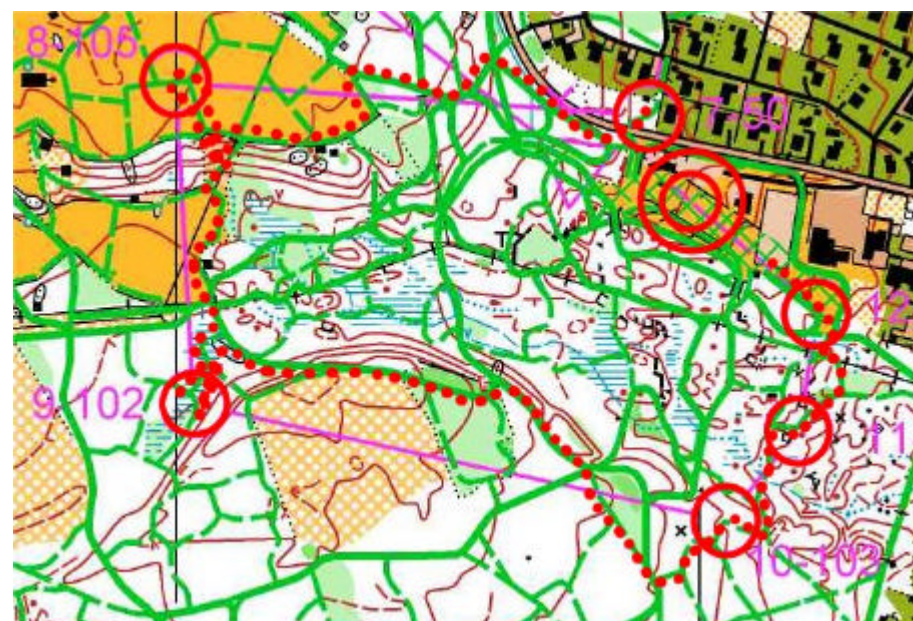
### 敵の動きを見て地図を見る!

1番ポストはオープン地帯で他の選手の動きが見える。ここはブルガリアと同じポスト。2番ポストはスイスも一緒だ。

地図を見てルートを立ててから顔を上げては彼女らの姿を見失ってしまう。スピードの出るエリアでは、まず彼女らの動きを見て、それから地図を見て、彼女達のルートを推測して追うしかない。

3番ポスト付近で別ルートをとったブルガリアと鉢合わせ。彼女と同一コースなのはもはや間違いない。これからは相棒と呼ぼう。

3番ポストからパブリックコントロール(=ビジュアルコントロール)までは、慎重さを要するエリアに入る。ここで相棒がミスをしたり、私が置き去りにされればお終いなので、4,5番ポストは完全に自分のペースで進んだ。が、Eカードのコントロールユニットがブラブラ揺れていることから、相棒もそう離れていないと確信した。



女子リレー 酒井のルート後半  
捉えていたブルガリア選手を一気に抜き去り8位に浮上



## 相棒利用で楽チン走法！

6番ポストへは、オリエン面でもスキー面でも最も難しいレグ。ここは視界に捉えた我が相棒、自称フットO世界選手権ブルガリア代表Ilianaさんを利用するしかない。私はひたすら彼女の後を追って、地図で彼女のルートを確認する楽な滑りをさせてもらった。

- ここで又脱線 -

大会前に泊まった自炊宿がブルガリアと同じであった。到着予定時間になっても姿を見せない山田選手を台所で待っていたところ、Ilianaさんが、世界地図を広げて、05年世界選手権開催地の「アイチ」の場所を教えると言いついた。そんなことから彼女のフットO暦を知ったのであった。ブルガリアチームは物価の安い東欧で大量に食料を買い込み、車で来ていた。日本は物価が高いので、「アイチ」には行けないと思う、と彼女。安上がりで生活する方法を伝授するので、是非来てもらいたい。

さてレース。6番ポストでリトアニアも合流し、ビジュアル区間にある7番ポストは3人団子状態で通過した。途中でリトアニアと別れ、ドイツとすれ違い、8番ポストはブルガリアの次にパンチ。9番ポストにつくころには100mほど離されたが、10番ポストで下からアタックしてきた相棒を、上からアタックした私が追い越し、そのまま2つポストを取って2走ヘタッチした。1走のゴール時点で8位。トップと8分差。その後上のチームでペナが判明し、7位に繰り上がった。

## 現実的になった6位入賞！

2走の白鳥さん、3走の元木さんと繋いで、最終的には9位となった。二人とも緊張と疲れの中、頑張ったと思うが、国内レースや翌日の成績を考えれば、リレーでは実力を発揮できなかったようだ。リレーに向けてどう雰囲気盛り上げるかは、次回への課題である。もちろん次回の目標は6位である。3人のタイムを揃えれば、6位になるのは、ごく現実的な目標である。

最後になりましたが、今回も多くの方々からの応援、ありがとうございました。

(酒井佳子)

## スキーO世界選手権2004結果

スウェーデン 2月9日-16日

### Relay Women

1 Finland	1:26:23
2 Russia	1:28:26
3 Sweden	1:28:28
9 日本	2:45:14
酒井佳子	37:36
白鳥桂子	1:11:41
元木友子	55:57



優勝した Finland 女子  
Valkonen Hannele / Jokinen Erja / Anttila Liisa

### Relay Men

1 Russia	2:21:08
2 Norway	2:22:49
3 Finland	2:26:13
11 日本	3:59:36
丸山哲史	49:00
元木 悟	52:44
山田敦史	1:11:16
三浦裕司	1:06:36



リレー男子 2走の元木から  
3走の山田へタッチ

### Sprint Women

1 Tatiana Vlasova	Russia	13:30
2 Liisa Anttila	Finland	13:32
3 Stina Grenholm	Sweden	13:37
3 Stine H. Kirkevik	Norway	13:37
38 酒井佳子	日本	21:22
41 元木友子	日本	23:41
42 白鳥桂子	日本	24:11



スプリント女子 元木友子のスタート

### Sprint Men

1 Eduard Khrennikov	Russia	13:52
2 Bengt Leandersson	Sweden	14:01
3 Peter Arnesson	Sweden	14:02
47 丸山哲史	日本	19:56
52 元木 悟	日本	20:47
62 三浦裕司	日本	29:31
63 山田敦史	日本	30:01



元木悟選手 (スプリント競技)

### Middle Women

1 Stine H. Kirkevik	Norway	56:57
2 Marie Lund	Sweden	57:19
3 Stina Grenholm	Sweden	57:36
32 酒井佳子	日本	1:29:43
38 元木友子	日本	1:48:52
39 白鳥桂子	日本	2:03:12

### Middle Men

1 Tomas L.gren	Sweden	1:06:42
2 Tommy Olsen	Norway	1:06:54
3 Arto Lilja	Finland	1:07:28
46 元木 悟	日本	1:46:50
54 三浦裕司	日本	2:13:13
55 山田敦史	日本	2:13:27
丸山哲史	日本	DSQ

## Long Women

1 Hjermsstad K. Stine	Norway	1:25:55
2 Valkonen Hannele	Finland	1:28:23
3 Tomilova Natalia	Russia	1:30:12
32 酒井佳子	日本	2:09:43
39 白鳥桂子	日本	2:56:34
40 元木友子	日本	3:04:10



ロングスタート直後の白鳥選手

## Long Men

1 Lofgren Tomas	Sweden	1:06:42
2 Olsen Tommy	Norway	1:06:54
3 Lilja Arto	Finland	1:07:28
46 元木 悟	日本	1:46:50
49 丸山哲史	日本	1:53:30
54 三浦裕司	日本	2:13:13
55 山田敦史	日本	2:13:27

## 選手のコメント 山田敦史

今回の世界選手権は、私にとってとても厳しいものでした。多くの方からの応援を受けながら、代表として不甲斐ない成績しか残せず、大変申し訳ない気持ちでいっぱいです。

出発前は、できる限りの準備をしたつもりではいました。しかし、いざ現地入りしてみると、不安だけがどんどん大きくなっていきました。コーチからは、毎日のように「おまえはこっちに来てからナーパスになっている」と言われました。自分でもそのことは自覚していて、眠れない日々が続きました。結果が出ないことが不安を増し、それによって体力的にも悪影響を及ぼし、レース中の集中力を欠き、結果が出ないという悪循環にはまっていました。結局5日間で4レースというハードスケジュールの中でその状況を改善することは私にはできませんでした。

それもこれも自分の準備不足から来るものだとは自覚しています。スキーの技術、オリエンテーリングの技術両面で、まだまだ足りないことがありすぎました。特に、オリエンテーリングの面で、全く地図に対応できませんでした。それは別に今回のトラックが特に細かったからというのではなく、

単純に地図を利用しての練習が明らかに不足していたということです。国内ではレース数も限られているため、それを補うべく、トレーニング方法を工夫することが必要だと感じました。

また、レース経験も不足していました。それはスキーオリエンテーリングに限ったことでなく、フットオリエンテーリングでも、クロカンのレースでもいいので、レースに対しての集中力の高め方、体調のもって行き方に慣れておかなければ、世界選手権のような大きな大会では通用しないと感じました。

来年に向けてやらなければいけないことはたくさんありますが、今回の失敗の経験を生かして、限られた時間の中で工夫、集中してトレーニングを積み重ねなければ、今年より良い結果を得ることはできないと思います。まずはまた来年、代表に選ばれることから目指してがんばっていこうと思います。

(山田敦史)

## 選手のコメント 三浦裕司



トライathlon競技中の三浦選手

思いがけない世界選手権の日本代表の決定で十分な準備期間が取れないこともあり、スウェーデンで行われた世界選手権の結果は北欧勢との間に大きな開きがありました。それでも厳しい気象条件と複雑なコース設定の中で全レースに完走でき、楽しい充実した時を過ごすことができたことに満足しています。

今回のロングのレース、スタートの1分前に渡された地図は、私の予想を

超えたものでした。

ほとんどの競技路が曲線を描いていることもあり方向が分からなくなることが多く、現在地の確認に苦労しました。特に前半は経験不足や、後続の選手に抜かれることによるあせりも加わり、何度か現在地が分からなくなりました。それでも中間点を過ぎたあたりからは次第に落ち着いてきて慎重にコースを見るようになり、道を間違えることもなくなってきました。

ロングのレースの朝の気温が-26であったために、スタート時間が2時間遅れとなり私のスタート時間は13時9分でした。北欧の冬の日照時間は短くて16時頃にはかなり薄暗くなります。アドベンチャーレースでの夜間ステージの経験を生かして、星明りでも何とか進もうと思っていたのですが、地図とコンパスがしだいに見えづらくなり進むことが困難になってきました。

16時半頃にコントロールが残り3つの地点でほとんど地図が見えなくなりました。完走への不安を抱えながらも何とか進んでいるときに、大きな道を横断する地点で街燈の明かりを見つけて、残りの競技路を時間かけて覚えて、4時間10分を要した長いレースを終えることができました。

今回の世界戦では体力やスキーの技術を生かすためには、地図や地形を見て走行中に自分にとって最良のコースを選択することが最低条件であるということ強く感じました。

残念ながら現在の私にはそのどちらもまったく不十分です。日本はスキーオリエンテーリングのコースを作るのに適した十分な自然があります。しかし残念ながら競技者人口が少なく、大会は年間に数レースしか開かれていません。スウェーデンのような常設コースもありません。

そこで夏の自転車による地図を見ながらの練習が最も効果があると感じました。私は春から夏にかけてトライアスロンの練習で月に1000km以上の自転車練習を行います。この練習のときにさまざまなコースを考えてスキーオリエンテーリングのことを意識しながら練習を重ねたいと思います。そして十分な準備をして2007年度以降の世界選手権に再挑戦したと考えています。

今回の世界選手権ではまったく面識もない人を含めて様々な人の助言・援助うけました。また日本でスキーオリエンテーリングをしている人の親切で暖かい雰囲気にも驚かされました。この場を借りまして深くお礼申し上げます。ありがとうございました。

(三浦裕司)