

2005 年、地元での世界選手権で「チーム史最高」の成績を挙げたオリエンテーリング日本代表。今年はどうな戦いを見せるのか？ 3 年連続日本代表の松澤が展望する。



地の利はあったか？

4 月に行なわれたナショナルチーム強化合宿で、加賀屋博文コーチによりなされた「2005 年に日本チームが得た『地の利』の分析」の結果が示されました。下にその概要を記します。

< 分析方法 >

2005 年以前 10 年間で「最も良かった WOC」と、2005 年の予選成績(トップタイム比)を種目ごとに比較。(ただし、海外の世界選手権からは、あまりに悪かった成績は除外する。)スプリントは 2 年分しかデータがないため、単純に予選通過ラインとの秒差で比較する。この比較により見られるタイム差を、地元開催によって得られた「地の利」と仮定する。

< 分析結果 >

2005 年の日本チームは地の利によって

男子ロング	: 2.7%
女子ロング	: 7.2%
男子ミドル	: 3.4%
女子ミドル	: 13.3%
男子スプリント	: 9 秒
女子スプリント	: 180 秒

のタイム上昇が、それぞれ見られた。なお、そのタイム上昇分を差し引いても、女子ロングの元木友子選手と男子ミドルの紺野俊介選手は予選通過していた。

以上の分析を踏まえた上で、WOC2006

の妥当な目標として

個人戦： 全種目での予選通過
決勝 30 位以内 (* 1)
リレー： 男子 15 位以内
女子 10 位以内 (* 2)
という数字が掲げられました。

(* 1) WOC2005 の予選通過人数は

男子ロング： 0 人
女子ロング： 2 人
男子ミドル： 2 人
女子ミドル： 2 人
男子スプリント： 1 人
女子スプリント： 3 人
決勝の最高位は女子ミドル・番場洋子選手の 27 位。

(* 2) WOC2005 の結果は男子 17 位、女子 11 位。男子 1 走の山口大助選手はトップと 2 分差の 8 位でタッチと好走を見せた。

「地の利」が全てか？

この分析結果が示された席で、筆者は下記のような見解を述べました。

「2005 年の躍進には、『地元開催だから』というだけでなく、『強化が成功したから』という要因もあったのではないかと、もちろん楽観してはいけませんが、『外国の開催だろうが自分たちはやれる』という自信と気概を持って戦うべきである。」

この見解の根拠となる事実を挙げていきます。

< 2005 年ワールドカップ最終シリーズの好結果 >

WOC2005 の 2 ヶ月後に開催されたイタリアでのワールドカップ (WCup) シリーズ。WCup シリーズの個人戦は一種目につき各国 6 名エントリーするため、世界選手権以上に厳しい戦いが強いられますが、そんな中で小泉成行選手・皆川美紀子選手・宮内佐季子選手が予選通過・決勝進出しています。小泉・皆川両選手は予選が行なわれたミドル・スプリント 2 種目で決勝進出を決めました。(両選手のインタビューは「オリエンテーリングマガジン 2005 年 12 月号・オリエンテーリング道場」に掲載されています。)

< 合宿の質の向上 >

「地図精度レベルのアップ」「海外からのコーチ招聘」などにより、日本チームの合宿の質は年々向上しています。WOC2005 終了後、プロ Mapper であ

り元オーストラリア代表選手でもあるロブ・プロウライト氏が強化スタッフに就任したことにより、一層「オリエンテーリングのスピードアップ」を意識したメニューの比重が高まりました。

世界のトップ・オリエンテーリングシーンに通じたロブ氏はコース・プランニングの手腕も一流、さらに OCAD による地図の加工もお手の物、とあって「誰もが望んでいたけど実現が難しかった練習メニュー」も合宿ごとに繰り返し、徹底して行えるようになっていきます。

(図 1・図 2 に具体的なメニュー例を示しています。これらは特に地図に加工を施す必要がないので、読者の皆さんのクラブ合宿等でも実施が可能と思われます。ただし、コース・プランニングには参加者の力量に対する考慮が必要でしょう。)

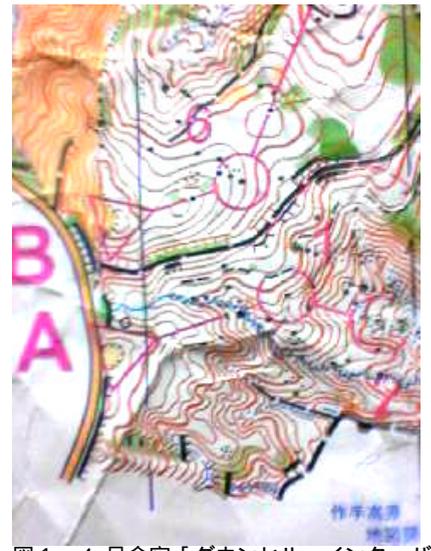


図 1：4 月合宿「ダウンヒル・インターバル O L」コースの一部

急傾斜の愛知のトレインでもスピーディなオリエンテーリングが可能のようにダウンヒルのコースを設定。1 km・5 コントロールほど走って下り切った後は、ジョギングで次のスタートまで登る。5 本行えば、オリエンテーリング部分の合計はミドル相当の距離と時間に、ジョギング区間を含めればスタートからフィニッシュまではロング相当の距離と時間になる。スタートするたびに集中し直す必要があるという点でも、良い練習である。

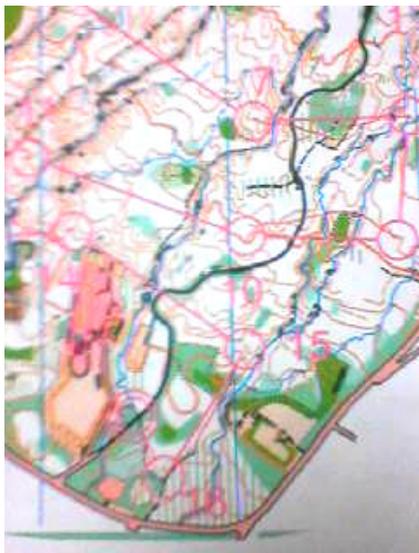


図2：5月合宿「メモリー・ペアOL」コースの一部

力量が近い2人でペアを組む。

1レグ毎に、

そのレグを全区分メモリーし地図を持たずに走る先導者

先導者に付いて行きつつ次のレグのプランを行い、全区分メモリーする追走者

の2つの役割を交替する。(1番レグだけは先導者がスタート地点で10秒ほど立ち止まってメモリー。)

先導者は「シンプルなプランをすること」「『脳内マップ』のみを頼りに走ること」「途中、プランにない物を見ても気にせず走ること」が求められる。自ずと走行スピードは上がるため、追走者の読図とプランもスピーディかつシンプルに行うことが強いられる。

なお、「現在地ロスト」した場合は追走者に地図を見せてもらってリロケートと再プラン・再メモリーをして走る。ナショナルチーム合宿では「極めて普通」のコースでこのメニューを実施するが、クラブ等の合宿ではシンプルなナビゲーションがしやすいレグや短いレグで行うのが良いだろう。

<若年選手の意欲・実力の向上>

WCup (2000年) やワールドゲームズ (2001年) WOC (2005年) と近年の自国での国際大会を観戦できたことで、若年層の選手には「世界で戦いたい」という意欲が自然と湧き上がるようになっていきます。意欲があったとしても競技者としての総合的な完成度で「先人」に追い付くのは簡単ではありませんが、「短い距離ならトップクラスの選手と互角に戦える」という選手は年々増えてきているように感じます。ジュニア世界選手権 (JWOC) でも世界大学選手権 (ユニバー) でもミドルやスプリントが導入されたことも影響しているでしょう。そうした若手たちに採まれながら上記のような合宿メニューをこなすことは、トップの選手にとっても大いに刺激となっています。

ヨーロッパ選手権にて

以上のような根拠から、筆者は日本チームが確実にレベルアップしているのを感じていました。「強国が過去にクリアしてきた課題をようやく今になって回答し始めた」というとらえ方もできますが、とにかく現在の日本が着実に歩を進めており、「戦える集団」に変わりつつあるのは事実だと思います。

その証拠に、4月合宿直後にエストニア行なわれた WCup (兼ヨーロッパ選手権) では、番場洋子選手がロング種目において見事に予選通過を決めました。ヨーロッパ選手権 (EOC) を兼ねる WCup シリーズは2002年 (ハンガリー開催)・2004年 (デンマーク開催) に次いで3回目でした。強国がヨーロッパに集中するオリエンテーリングでは、EOC を兼ねる WCup に対して WOC 以上のモチベーションを持って臨むチームや選手も見られます。2004年のシリーズに日本チームコーチとして帯同したヤリ・イカヘイモネン氏も「最もハイレベルな世界大会」と評していました。そんな大会で日本人がヨーロッパ人の決勝進出枠を奪う、何とも痛快なことではありませんか。

7月29日に予選が、8月1日に決勝が開幕する WOC2006。本場であり我々にとってアウエイであるデンマークで、そんな痛快な場面が再び見られることを期待したいものです。

おわりに

最後に、「筆者の独り言」です。

筆者にとって WOC2005 は、望むような成果を得られる場所とはなりませんでしたが、自分が活躍することが日本オリエンテーリング界の発展につながる、と考えて臨み、敗れ去った WOC でしたが、今振り返ってみれば元々背負う物・失う物などなかったようにも思います。ですから、「去年の借りを返す」というつもりもありません。(「昨日の負けを取り返そう」と考えるギャンプラーほど借金を重ねるものだ、とも言います。) 今はただ、この一年間の準備で身心共に強くなった自分を試したい、という気持ちです。どの国の選手も抵抗を感じなさそうなテレインも「チャレンジング」だと感じます。

今年は公式サイトからのインターネット中継も充実すると聞いています。是非日本でも多くの方が筆者の挑戦に、そして日本代表の活躍に注目していたければ、と望んでいます。

(松澤俊行)



「矢板らしさ」も漂うデンマークのテレイン (ロング予選の旧マップの一部)



6月10日に行われたロゲインチャレンジ管平大会で12時間の部に挑戦する筆者。

<松澤俊行プロフィール>

1972年静岡県生まれ。東北大学に入学した1991年からオリエンテーリングを始める。現在は愛知教育大学 教育学部 生涯教育課程 スポーツ健康コースで生涯スポーツの指導について学ぶ。2000年度 2003年度全日本選手権優勝。1999年・2001年・2004年・2005年世界選手権日本代表。2006年世界選手権日本代表にも決定している。

ホームページURLは

<http://members.aol.com/mazzawa/index.html>