

スキーO 世界選手権 2009 へ続く道

堀江守弘

スキーO 武者修行レポート

雪を求めてどこまでも。
雪が消えてもスキーを MTB に
履き替えて。

月山で残雪合宿

長いオフシーズンに入った矢先、私は雪山に登っていた。恒例のスキーO 研究会の残雪合宿がゴールドデンウィークに、山形県月山で行われた。

月山といえば、夏スキーのメッカだ。冬期は人も近寄れない程の豪雪ゆえ、スキー場開きはなんと4月。それから7月まで夏スキーが楽しめる。

私は月山に行くのは初めてで、どんなトレーニングができるか期待に胸を膨らませて臨んだ。

この時期になると、冬期のようなクロスカントリースキーコースでのトレーニングは難しいが、硬くしまった残雪はどこでも滑走可能な状態になることが多い。冬の間は雪が深く滑ることが出来なかった場所、夏は夏でヤブが生い茂っていたり、地形的な理由から人が立ち入ることができないような場所まで、全て滑走可能になるのだから、この時期のスキーヤーはまさに鳥のように自由自在に飛び回ることができる。

この合宿では、細かいスキーテクニクにこだわることなく、大自然の中でその恵みをおもいきり肌を感じ、ある人はダイナミックに滑り、またある人はよりダイナミックに転んだ。

気温・プラス 20

5月3日は天気恵まれ、月山でも気温は20以上。Tシャツ一枚で十分な暖かさだった。つい二ヶ月前はマイナス20のロシアでスキーをしていたにも関わらず、今度はプラス20の世界でスキーをするのだから、体も大変だ。

初日は足慣らしということで、比較的傾斜がゆるい場所でLSDを行った。久しぶりのスキーであることや、標高が高いこと、また重い雪質であることなどが重なって、ゆっくり滑っても心拍数はすぐに上がってしまう。

行きはヨイヨイ帰りがコワイ

初日同様に青空が広がった二日目、私たちは月山登山を行った。標高1200m付近から山頂の1984mまでの雪山をスキーで登るというものだ。途中、雪崩

れが発生しそうな雪の割れ目の上を恐る恐る通過したり、後ろを見れば足がすくむような急な斜面に苦しめられたが、何とか山頂に到達することができた。

やはり一つの山に登りきった時の達成感はずばらしい。そんな気持ちに酔いしれたのも束の間、山頂は強風だったため、休む間もなく下山を開始した。

この下りがクセモノだった。登りは時間がかかっても、スキーの下りはあっという間だろうと思ったら大間違い。

普段のクロスカントリースキーではあり得ない急斜面にみんなが苦しめられた。一度転んだらブレーキができずそのまま滑落しそうになったり、転んだはずみでポールを折ってしまったり、顔面制動で傷だらけになったりというアクシデントが発生した。

登りで体力を使い果たし、下りでは脚がガクガクだった人が多かった。楽しく爽快なツアーの予定が、終わってみれば精神的にも肉体的にも苦しく厳しい修行だった。全員無事に生還できてよかった。



宿に着いたときには、疲労感と帰ってきたという安心感で、みんなぐったりしていた。少し休んだが、午後のトレーニングではみんな反射的に滑りに出かけていた。みんな本当にスキーが好きだ。

普段いくらトレーニングを積んでいるといっても久しぶりのスキー、慣れない春の雪は別物だった。

最終日、再び山に登った。目指したのは月山スキー場のグレンデを登ったところにある姥ヶ岳1669m。リフトも利用可能だが、そこはスキーオリエントアの意地。全員が最初から最後まで自力で登った。

スキーO 残雪合宿は幕を閉じ、スキー板はまた来シーズンまでの間眠りについた。



MTB-O でも世界へ

スキーO で鍛えた体力とナビゲーションは MTB-O でどこまで通用するのだろうか。

スキーO と MTB-O は基本的に道の上だけを進み、道の上に置かれたコントロールを探するという点では、ナビゲーション技術に共通点が多い。また、使う道具は違えど、エンジン＝自分自身の体力という部分は変わらない。スキーO のオフシーズンのトレーニングとして MTB-O を積極的に行っている外国人選手も多いことから、5月20日、私も MTB-O に挑戦した。

向った先は矢板。そこで世界選手権の代表選考会を兼ねた MTB-O の集いが行われた。数日前に即席でマップホルダーを自作し、なんとかそれっぽい形にはしたものの、ナビゲーションのトレーニングは全くやっていなかった。案の定レースでは地図が読めず、道の分岐で何度も立ち止まりながらのオリエンタリングではあったが、全体として大きなミスをせず上手くまとめることができたのはスキーO 経験の賜物だろう。

優勝という結果と共に、8月にチェコで行われる世界選手権への出場権を手にした。年に複数回のヨーロッパ遠征は経済的にも応えるが、スキーO のスキルアップのためにも挑戦することにした。やる以上、誠心誠意全力で戦い、世界でも認められる結果を残したい。

一年目の今回から好成績を残せるほど世界は甘くないだろうが、今年は世界と自分との差を明確にし、課題を持ち帰って帰国したい。そしてそこからスキーO 上達への糸口が見つかると思う。

MTB-O 世界選手権 チェコ

2007年8月5-12日

スプリント ミドル、ロング、リレー出場予定
(堀江守弘)