SKI-O ワールドカップ
&
マスターズ報告

2009年への宿題

World Cup/Masters in Swiss で得たもの

水篤刈　黒田幹朗
スキーO研究会　武石雄市

スキーど素人の私が、2009 年を目指しスキーオリエンテーリングを始めてから 2 年が経とうとしている。
今回のワールドカップを振り返り、残された 1 年で何をすべきかを考え直してみようと思う。

■スキーはようやく脱素人■

2年前にスキーOを初めて経験したとき、私はスキーテクニックの重要さを思い知らされた。フット O は 10 年以上の経験があり、体力もそれなりに自信があったので何とかなると思っていたのだが、ちょっとした斜面も登れず、10km に満たないコースで 4 時間近くかかってしまい、50 代・60 代の参加者の方にも全く歯が立たなかったのだ。それ以来、まずはスキーで滑れるようになることを第一にトレーニングを行ってきた。1 シーズンひたすら滑り続けた甲斐あって、スキーテクニックに関しては素人の域を脱してきたところである。

世界のトップ選手に伍して颯爽と登場
ロングのマススタート直前の黒田幹朗

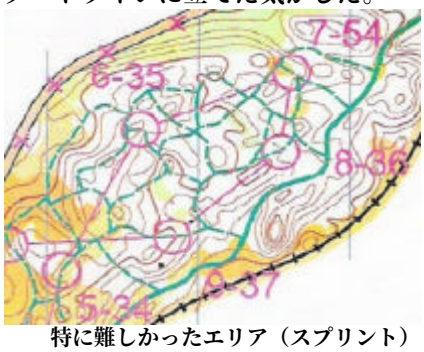
■レース経験が・・・■

クロスカントリースキーのコースは多いとは言えないが、探せば結構いろいろなところにある。そのため一般的なクロスカントリースキーのトレーニングをする機会に困ることはない。しかし、SKI-O 特有のテクニックを身につける機会となると、日本では数少ない大会に出る以外にない。私が経験したレース数は、前述の 4 時間レースも含めて 5 レース程度だった。ひたすら地図を読みながら滑る練習はしたものの、この点は不安でいっぱいだった。

■そして本番　～前半戦～■

初日のスプリントはなんとトップスタート!!オープニングイベント、そして来年は日本で世界選手権開催ということで、私を紹介するアナウンスにも気合が入っていた。そんな会場の雰囲気に呑まれ、スタート直後に進行方向がわからなくなってしまい、参加者の注目する中立ち尽くすという恥ずかしい姿を晒すことになってしまった。

その後は落ち着いてレースをこなすことができた。しかし、1 年ぶりの SKI-O、そして、周りは屈強な外国人選手ばかりという状況に気後れした面があり、世界と戦ったと呼ぶには程遠いレースになってしまった。しかし、とにかく 1 レースをこなせたことで、ようやくスタートラインに立てた気がした。



特に難しかったエリア（スプリント）

2 日目のロングはマススタート。

前日の反省から、最後まで競争心を保つことを目標にこの日のレースに臨んだのだが、最初のコントロールをスルーしてしまうというミスを犯してしまった。余談だが、このミスでダントツのビリで会場内のビジュアルを通過することになり、またしても会場で注目を浴びることになるのだった。

スタートで完全に出遅れながらも、その後は何とか気持ちを切らさないように努めていたが、ビジュアルを過ぎたところでまたもやコントロールをひとつ飛ばしてしまう。気づいたときにはすでに遠く離れた山塊に入っており、もう一度取りに戻る気力はなかった。リタイアする選手も多い中、一応最後まで滑りきれたことは自信になったが、信じられないミスを繰り返した自分に呆れてしまった。

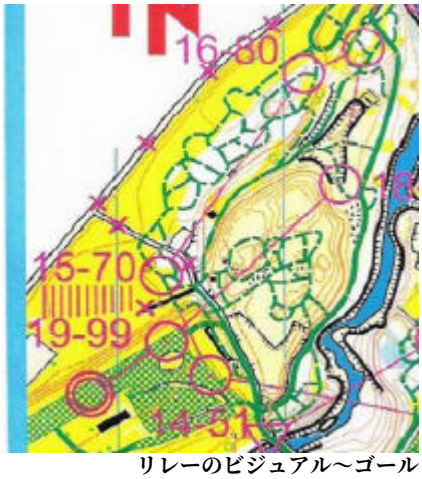
■気持ちを切り替え後半戦■

1 日レストを挟んでミドルの日。2 レースをこなしたことで気持ちに余裕ができたのか、この日はとても落ち着いたレース運びをすることができた。スプリント、ロングでは「速く滑らなくては」という気持ちが先行し、オリエンテーリングができていなかったことに気付けたのが大きかった。

「黒田さーん　がんばってー！」
幸は千切れる程　日の丸の旗を振った

まずはナビゲーションに集中し、スピードを出せるところはしっかりスピードを出す。ミスもあったが、ようやく SKI-O という競技が理解できた。順位はそれまでとさほど変わらなかったが、それまでと違い、上のグループとの「壁」は小さくなっていた。

最終日のリレー。この日も前日のミドルのいいイメージのまま、レースを進めることができていたのだが、リレー特有の雰囲気の中で、少し冷静さを欠いていたかもしれない。最後に集中力を切らし、コントロールの順番を間違えるというつまらないミスをしてしまった。



リレーのビジュアル～ゴール
14 から 18 に向かってしまった。

■2009 年へ向けて■

今回、ワールドカップに参加して感じたのはナビゲーションをはじめとした SKI-O 特有のテクニックの未熟さだった（ペナは論外だが・・・）。もちろん

単純なスキーテクニックも世界水準からははるかに劣るが、地図読みが追いつかないため、スピードを出し切れない局面が多かったのだ。冒頭でも触れたが、日本の SKI-O の合宿では一般的なスキーテクニックのトレーニングに時間を多く割いている。確かに、SKI-O 特有のテクニックを磨く環境を準備するのは困難な面があるが、今後は内容を工夫してトレーニングしていく必要がありそうだ。

反省すべきことはたくさんあるが、正直なところ、1 シーズンとちょっとでワールドカップのコースを滑れるようになった自分を褒めたいと思う。そして、まだまだ自分には成長の余地がある。来年の世界選手権の舞台では、本当の意味で世界と競うことができるはずだ。（黒田幹朗）

来年のスキー0 世界選手権で老人でも何か手伝えるか？マスターズに参加し、役員の様子や会場レイアウトを垣間見た。
オリエンティア悲願のオリンピック登場に向かって日本開催は重要で意味がある。

■荷物の重量超過の心配■

成田空港でのチェックインはスキーO遠征でいつも手荷物の重量オーバーの懸念がある。スキーOでは携行品をどんなに少なくしても絶対必要なのがスキー用具でありワックスでありアイロンでありバイスその他のワックシング必需品がある。スキーやポールも万一の折損に備えるだけでなく滑走テスト等に備えてワックシングするためにも複数台は絶対必要なのだ。

昨シーズンは２度のヨーロッパ遠征で約 10 万円の超過料金を払わされた。今回も出発前にチーム全員に連絡して超過しないよう徹底したがワックス等の必要品を削るわけには行かない。超過の覚悟しながら荷物の預託を始めた。

今回利用したスイス航空はスキーの重量を測ることなくチームの荷物をトータルし難なくパスしてくれた。超過したら捨てるつもりで携行したワックスも命拾いしＷＣ組の役に立った。

■マスターズ組の目的■

マスターズの常連は武石と高原であるが今回は数年ぶりの弘中と初めて挑戦する東井の４名である。

サンモリッツ湖からピッツランガード（3262m）をバックの東井、弘中高原、武石のマスターズ組４名

東井以外、ほぼ定職をリタイヤし、来年のルスツでどんなボランティア役員ができるか運営先進国をこの目で確かめたいこともあった。

スタート、マップチェンジ、給水、フィニッシュのパートはトラブル防止のため各パート予備の係りがどうしても必要である。スチャンフの会場でもそれが確認できた。そこには決して若くはない往年のベテランたちが陰日向なく動いていた。来年ルスツでもこれらのパワーが必要なことが確認できた。

■楽しんだレース■

今回は晴天にも恵まれたので、初めての東井は自分のレースを終わっても、まだ走り足りなくてうずうずしていた。65 歳組と 70 歳組の３名はミスも自分のレースの一環と受け入れる余裕で本当に楽しんでいた。

自作のマップホルダーで完走の東井

フィニッシュ前で力走の弘中

フィニッシュに向かって最後の力走をする武石の後姿

折鶴を折っては誰・彼となくプレゼントしてリラックスの高原

■レストの楽しみ■

マスターズの成績は、ロング２レースのトータルで決定する。今年で多分 10 回目となる世界選手権もまだマスターズだけの単独開催はない。ほとんど今回のようにワールドカップであったり、ＪＷＯＣ等と抱き合わせて開催されてきた。僅か２レースだが他のイベントのレース数が多いためレースとレースの間に必ず休日がある。各国の参加者もそれが楽しみで必ず観光を計画する。

今回もわれわれは特別参戦の渡辺幸(中２)も加えてイタリア国境のベルニナ峠（2328m）を越え、ティラノに足を伸ばしてピザを食べてきた。

２年前はティラノ通関に長い時間を待たされたが今回は日本人とわかると「ミラノ？ベネチア？」と問うだけでパスポートを見ようともしない。

復路も快晴に恵まれベルニナ急行の車窓からピッツベルニナの氷河を抱えた勇姿も眺められ満喫のレストだった。

絵有名なループ橋を走るベルニナ急行（武石雄市）