スキーO
武者修行レポート
その 22

2008 シーズンを終えて

スキーオリエンテーリング世界選手権 2009 へ続く道

堀江守弘

スキーオリエンテーリング世界選手権ルスツまで１年を切った。スキー0 はこれからシーズンオフに入る。堀江がこのシーズンを振り返る。

今シーズン最終戦となった北海道大会で獲得した優勝メダル（革製！）と賞品を手にする堀江

濃霧に悩まされた北海道大会。硬い雪質への対応も求められた。（2008 年 3 月 15 日）

2008 シーズンを終えて

スイス遠征から始まった今シーズンのレースもあっという間に幕を閉じた。ワールドカップから帰国後は、国内で３つのレースに出場した。国内レースの結果は全戦優勝という最高のカタチだったが、内容には満足していない。今シーズンは何度も体調を崩してしまったからだ。遠征後に体調を崩し、ようやく回復したところで何とかコンディションをまとめレースに出場。その後また体調を崩すことの連続だった。思うようにトレーニングができなかったことは、モチベーションにも影響があった。

体調を崩した主な原因は乾燥のようだ。冬期は暖房のせいで部屋が乾燥しやすく、それが疲労と重なることで喉の痛みや鼻水などの症状となって現れた。身体が弱っている時に、冷たい空気を大量に吸い込むこともよくないのだそうだが、スキーはまさにそれ。かなり寒い環境下でも激しく呼吸をしている。今思えば、いろんなことが重なって悪循環になっていたのだと思う。

スイスワールドカップでのマススタート

外でのトレーニングができない日はビリーズブートキャンプを行った。真面目に行うと結構な運動になるので、みなさんにもおすすめしたい。

本当に強いアスリートならば、どんな環境でも自分の体調管理をしっかりし、万全の体調でレースに望むであろう。その点、自分はまだまだ修行が足りないと実感した。

O マガジン表紙を飾った山形

マガジン 4 月号表紙に使った写真
マススタートで飛び出す堀江

雑誌の表紙にのることができたのはやはりうれしい。この大会では二位以下の選手層の厚さが際立った。特に今シーズンから新規参入してきた田中選手や高橋選手は今後とも良きライバル、良きチームメイトとなるだろう。その

すぐ後ろにも多数の選手が団子になっているので、切磋琢磨しお互いに成長できれば、2009 年はおもしろいことになるだろう。
　レース内容は、ワールドカップ直後ということもあり、ナビゲーション要素は非常に簡単に思えた。その分、スピーディーな追い込んだ滑りにつながり、病み上がりの身体には苦しいレースだった。また新規参入してきた選手の力が未知数だったことはプレッシャーにもつながった。

　夜の部では、ワールドカップの報告会やルート検討会、チャリティーオークションを行った。販売したのはスイス遠征のお土産やスキー0 マニアが泣いて喜ぶ大会オフィシャルグッズ。現地でしか手に入らないレアなものやスイスならではの高級アーミーナイフは高値で売れ、ナショナルチームの活動費を集めることができた。遠征の度にただ賛助金を募るのとも違い、よいアイデアかもしれない。今後ともスキー0 ナショナルチームとして知恵を出し合い継続していきたい。

猛吹雪の水上高原大会

豪雪の水上高原を滑る堀江

　ニューマップで行われたこの大会は、土曜の午後にレースが行われた。３月ということで天候も落ち着いてきたと思いきや、狙い撃ちされたかのような猛吹雪に見舞われた。
　ラストスタートだった自分にとっては、悪天候が有利に働くだろうとのんきにスタートしたのだが、「そんなの関係ねぇ～」と言わんばかりの雪、風、雪。前半でははっきりしていた道も、レース後半ではどこが道でどこが道ではないのかベテラン選手でもわからない状態になっていた。わからないというよりは、風で流され、雪に埋もれ、道が消えてしまったのだ。積雪は膝の高さにまで達していた。最後の方は滑るというより、スキーを履いて走っているような状態になりながら何とかゴールした。

　翌日はテレインが開放され、みんなでトレーニングを行った。天気は快晴だったが、コースは完全に埋まっている。柴田さんが一人モービルでの圧雪を行ってくれたが、全然間に合わず、みんなでコースをつけながらのスキー0 となった。たまにはこういうのもおもしろいなと思っていると、柴田さんのモービルが新雪に埋もれ動けなくなっていた。トレーニングを中断してみんなで救助作業。なんとか無事に復帰させることができた。

世界選手権トレキャン

　シーズン最終戦は北海道ルスツ。そう来年、世界選手権が行われる会場だ。世界選手権のトレーニングキャンプに併設という位置づけで行われた大会だったが、残念ながら海外からの参加者はいなかった。やはりヨーロッパの選手が日本まで来るのは大変なのだろう。それを毎年のようにやっている我々日本チームはすごい！

　大雪だった水上高原大会から２週間しか経っていないにも関わらず、ルスツの雪質は完全に残雪だった。テレイン内はどこでもショートカット可能な状態であり、近くでは雪崩も発生していた。モデルイベントでその跡を見に行ったが、生の雪崩は想像以上に迫力があるものだった。
　雪質はスキーに大きな影響を及ぼす。板やワックスの選択が変わってくるのはもちろん、スキーテクニックも微妙に変える（対応させる）必要がある。2009 年の下調べのつもりで乗り込んだ今回の遠征だったが、わかったことはやはり幅広い雪に対応できる準備が必要ということだった。

　レースは小雨に濃霧の中で行われた。晴れていれば、遠くからでもポストが見える簡単なところでも、視界が悪くなった途端に難易度が増す。登りも果てしなく高いところまで登っているように感じられた。

　悪天候のせいではなかったようだが、選手同士の接触事故が起こってしまった。狭いトラックを猛スピードで滑りぬけるというのは、スキーオリエンテーリングの醍醐味であるとともに残念ながら危険も伴う。幸い大事には至らなかったということで安心したが、私自身も常に気をつけなければならないと思った。

　大会翌日は、テレインが開放されてのトレーニング。天気は快晴と水上高原と同じパターンだ。地図を見ながらコースを回り、早いルートはどちらか比較をした。キタキツネを目撃するなどスノーハイキング的にも楽しんだ後は、仕上げとしてダウンヒル練習をやろうということになった。お金があるブルジョアなグループはリフトを使って簡単に山頂到着し、お金はないが体力はあるグループはゲレンデの端を登り続けること 30 分、なんとか山頂までたどり着いた。最後はお楽しみのダウンヒル。クロカンスキーでアルペンのゲレンデを下るのはやっぱり楽しい！！残雪合宿も楽しみだ。
（堀江守弘）

ルスツの冬は幻想的