

2月20日(日)、千葉県山武市で行われた全日本リレー選手権は、東京都の2年連続総合優勝で幕を閉じた。その陰で、静岡県選手団も21世紀初の総合表彰を受ける健闘を見せていた。監督兼選手として選手団の中心にいた道場主が、直前練習会の様子をレポートする。

みたび「監督の椅子」へ

静岡県選手団に復帰して2年目。筆者は初の静岡県選手団監督を務めることとなりました。就任時期は本戦2カ月前と、既に時間が限られた段階でした。その中でも、できることはやろうと考え、対策練習の機会を何回か設定しました。また、「チーム愛」「団結力」を高揚する仕掛けの提案や技術的アドバイスを通じての、ムード作りを画策しました。こうした計画を遂行する上では、過去に他選手団(千葉県、愛知県)での監督経験が活きたと思います。

まずは「総合成績を意識すること」から

全日本リレーでは、世代別に選手権クラスが設けられています。また、各クラスに一つの選手団が複数のチームを送り込むことも可能です。年齢に関して「無差別級」である日本選手権クラスでも、標準記録や出場権(個人戦で言えば「E権」に該当する権利)を得るための予選は設けられていません。競技力を評価基準とするなら、スポーツの日本一決定戦としては、出場までに越えなければならない敷居は低いと言えるでしょう。(都道府県によっては独自の、高い選考基準を設けているケースもあるかもしれませんが。)

同じ選手団の中にも「上位を競えそうなチーム」「同じ県の第一チームとの比較が最大の関心事のチーム」「繰り上げスタートが回避できれば御の字のチーム」などが混在する可能性があります。その混沌ぶりが、選手団の雰囲気や大会会場の空気を盛り上げていることは疑いありません。しかし、メンバーの習熟度や志向が多段階、多方面に渡っている選手団で、目標設定や

活動計画を各チーム任せにしておくと、全体としての指針が定まらず、団体戦を闘っている感触は得られにくくなります。全日本リレーに向けた準備の過程では、選手団全体の目標を定めることが重要ですし、そうしてこそ大会の醍醐味を味わえます。静岡県選手団内でも、「全日本リレーでは、総合成績こそが最重要」という意識の浸透を図りました。

静岡県選手団の場合、具体的には「総合表彰(6位以内)」を目標としました。こうした目標を立てると、クラス内第二チームの選手などが「得点に絡む第一チーム以外には関係ないのでは」という印象を持つかもしれません。でも、第一チームが失格となることもありますし、そうなった瞬間に第二チームが「エース昇格」となります。それは望むべき状況ではないとしても、大体の選手は総合成績を意識した時点で「第一チームと協力して、相乗効果で互いの良い走りを引き出したい」「走りでは貢献できなくても、応援を頑張りたい」といった気持ちになりやすくなります。参加申し込みや選手選考に先立つ段階から選手団としての活動を共にしていればなおさら、です。

こうした意識で準備をしていると、プレッシャーを受ける選手も出て来ます。残念ながら、結果としてプレッシャーに押し潰される選手もいることでしょう。でも、それも全日本リレーを価値ある大会にするために必要な要素です。プレッシャーがなければ、プレッシャーと闘う経験も得られません。「プレッシャーを克服して力を発揮する選手の走りに感動できる。もしかしたら、自分が感動を生む側に回れるかもしれない。」我々が愛するスポーツの頂点を決める試合は、こんな魅力も含んでいて欲しいと思います。

シチュエーションのシミュレーション

全日本リレー一週間前の2月13日(日)。2月5日(土)、2月11日(金・祝)にも練習会を実施していた静岡県選手団にとって、9日間で3回目の、そして最後の、仕上げの練習会が行われました。テーマは、リレーの実戦。「変則2人1組リレー」とし、次の方式を採用しました。

・全員が同じコースを走った場合、2

人合計のタイムがなるべく均等になるように組分けをする。例えば、A、B、C、D、E、Fという実力順の6選手がいた場合、「A&F」「B&E」「C&D」という組分けにすると良い。

・組内の2人は別パターンとなるようにコースを割り振り、全員同時にスタートする。

・両方の選手が1周目を終えた時点で、組内で地図を取り替え(つまりパートナーが1周目に走ったコースを2周目に走ることとして)、2周目を同時にスタートする。

・2周目は、1人がフィニッシュした時点でそのペアはフィニッシュ、とする。ただし、先にフィニッシュした選手がコースをしっかりと回っていなかった場合(「ペナった」場合)、2人目のフィニッシュを以ってペアのフィニッシュとする。

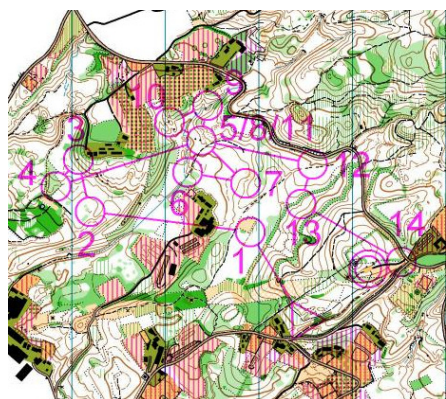
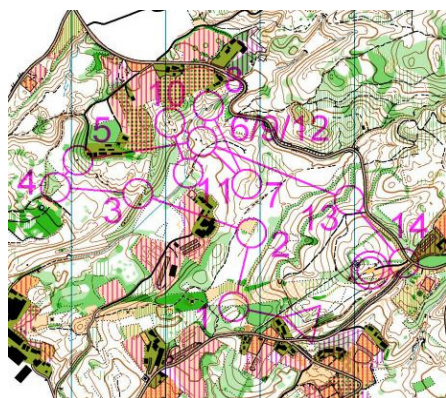
・2周目はどちらかが完走していればチーム成績が付くが、1周目にどちらかが失格していた場合は2走につながなかったものとして、そのペアは失格となる。(1周目のショートカットや、コード番号確認の不備によるペナルティを防ぐためのルール。)

以上のルールだと、順当に進めば「準エースの1周目のタイム+エースの2周目のタイム」がそのペアの成績となります。ただし、ペナルティがあった場合はその限りではありません。また、実力が接近したペアの場合(上記の例で言えば「C&D」のようなペアの場合)には、組内でうまく競り合って両者の走りを高めることも重要になります。

実力が接近したペアの方が有利に見えますし、実際そうだと思いますが、お互いを意識し過ぎてミスをし合い、「共倒れ」になる危険もあります。また、1周目の後に休憩があまりない状態で2周目に入り、その状態で他チームから追われるため、心身共にきつくなります。実力が離れたペアでは、準エースが「チームメイトをなるべく待たせないように1周目を頑張ること」が、エースが「気持ちを切らさずにチームメイトの帰還を待ち、2周目で他チームを追いつけること」が求められます。

この変則リレーでは、上記のようにリレーらしいシチュエーションを様々な形で味わえます。静岡県選手団練習会でも、参加選手たちは「競る」「逃げる」「追う」「待つ」「粘る」といった課

題をリアルに体感し、本戦へ臨む上で
のイメージを高めることができました。



静岡県選手団全日本リレー対策練習会コース図

バタフライループを含むコース。変則 2 人 1 組リレーとし、全選手、左右のコース両方を走ることとした。(一選手が走る距離は 3 km×2 本で 6 km、スタートへの誘導を含むループ距離の合計では 7 km 超となる。)

両コースには共通コントロールがいくつかあるが、誘導区間以外に共通レッグはない。(バタフライ部のレッグも、逆走レッグはあるものの共通ではない点にご注目を。)バタフライ部で他チームの選手を目にしても、何週目か分かなければ差が把握できない。序盤にもバタフライ部付近を通り過ぎるレッグがある。「他の選手を目にした時に冷静さを保てるか」が何度も問われる設定となっている。

お互いに関心を持つ

静岡県選手団の大半の選手は貸し切りバスで千葉県へ移動。前日のトレコースや開会式、テクニカルミーティングへも参加しました。基本的に同じ県内で活動する者同士といえども、クラブが違えば顔と名前が一致するか怪しい部分があります。総合成績を意識し、お互いを応援し合うには、「顔と名前的一致」は不可欠ですから、選手紹介冊子を作成しました。(作成担当は静岡大学のクラブ員。)冊子には各チームの走順や目標も記入し、応援だけでなく「評価」もし合えるようになっていました。

また、団長および監督が活躍した選

手を選び、チーム内表彰も実施。「ニンジン効果」も狙いました。参考までに、それぞれの賞の選定基準です。

監督賞：

大会 3 日後に迫った「富士山の日」(2 月 23 日の語呂合わせ。静岡県では条例で制定されている)にちなんで、タイムの下 3 桁が「223」と並んだ選手を選定。「該当者なし」なら、クラス、コース、パターン無視で個人タイムが最も良かった選手を選定。

*実際は「223」の該当者はなく、個人タイムが良かった選手を表彰。

団長賞：

3 人のタイムが最も接近していたチームの内、最もタイムが良かった 1 人を選定。

なお、チーム表彰のみを狙って真剣さに欠ける選手が現れないよう、選定基準は団長と監督の中だけで事前に打ち明け合っており、選手には表彰時に伝えることにしていました。

選手紹介作成とチーム内表彰は、愛知県選手団監督時代に提案、実施し、有効性を確認済みでした。「二番煎じ」ではありますが、「何も煎じない」よりはましというもの。来期以降も継続すれば、静岡県選手団内のムードも一層良くなりそう、との手応えがあります。

強豪復活への大きな一歩

迎えた当日。静岡県選手団は、ME クラスで 2 位、総合で 6 位という成果を得ました。他にも併設 M21 クラスでの表彰、WS クラスで表彰にあと一歩、といった健闘が見られました。

ME クラス 2 位は過去の優勝(1994 年度の愛知県開催時)に次ぐ成績です。ME が優勝した年の総合成績は 2 位で、さすがにその数字の更新とはいかなかったものの、団長を総合表彰式に送り込むことには成功しました。田濃邦彦現団長が総合表彰の舞台に立つのは初めてとあり、本人のみならず周囲も感慨を覚えました。

私自身は、他県で活動している時から、好テレインをホームグラウンドのように活用できる静岡県の選手が強くなるのは当たり前、と考えていました。(総合 2 位の年には私も選手団の一員でした。)諸事情あって、その当たり前のことが実現できていない期間もあったようですが、監督の立場で強化に向けた取り組みを続けて、強豪の地位を確たるものにしたいと考えています。

(松澤俊行)



松澤俊行。静岡県代表選手として、全日本リレー大会(2011 年 2 月 20 日 千葉県山武市)の男子選手権クラスを走る。静岡県男子は 2 位に入る活躍を見せた。

松澤俊行プロフィール

1972 年静岡県生まれ。競技者として、指導者として各地で活躍中。千葉県と愛知県と静岡県で全日本リレー代表選手団監督を歴任。本年度は ME クラス 2 走を務め、選手としても静岡県の上位進出に貢献した。

「松塾」等、松澤俊行の活動に関するお問い合わせは mazzawa<at>aol.com まで。