

～監督兼ヘッドコーチ報告～



監督兼ヘッドコーチ 谷津法彦 (平成5年卒)

☆全日本大学選手権について (H26.7月～H26.8月)

2014年のインカレは男子が対校舵手付フォア、シングルスカル、女子対校シングルスカルの3クルーでの出漕となる。

男子はこの時点で漕手6名、ちょうどストサイ・バウサイ各3名ずつだった。6/15の茨戸レガッタ終了後、インカレへのセレクション参加希望者を募ったところ全員がフォアでの出漕とその選考への参加を表明、6/18～6/29の期間でシングルとフォア・無しペア併用によるセレクションを行った。選考にシングルを用いたのは選手側の要望もあった。シングルでは5km×3のロング漕、2,000m×1、500m～800mの短距離など色々な側面から能力を計った。セレクション期間後半は昨年も行ったがフォアと無しペアによる入れ替えでタイムや艇速の変化を見た。自分が現役の頃やったチャーリー方式のシートレースで、(当時はエイト2ハイだったが)フォアとペアでレートフリーで並べて、選考対象漕手を入れ替え(例えペアのバウとフォアの3番といった具合に)、また同じ距離を並べて比較するというもの。昨年もそうだったが皆どの艇種のどのシートで誰と漕いでもそんなにパフォーマンスが落ちず、比較検討の上ではちょっと苦労した。それだけ対応力と集中力は高いのだなと思った。

結局予備日の7/1までかかって対校クルーを決め、戦略面でのミーティングも行って目標やコンセプトが定まったのだが、北大戦から整調を務めてくれていた3年目の高木が腰痛の為に離脱。シングルでの出漕が決まっていた5年目の荒木を7/12の練習からフォアに呼び戻した。最終的なクルーメンバーはS.上杉(4) 3. 安生(3) 2. 荒木(5) B.平(4) C.中村(3)となった。

メンバーは固定されたものの更にこのシート順に落ち着くまで3度ほどシートチェンジがあった。リズムはいいが押し切りが弱い、水中は強いがレートが上がらないなど、一長一短の中から商大対校の戦う姿を模索することになった。

目標は静水で7分切り、クォーター毎に1分41秒-46秒-47秒-46秒という展開。組んだ段階ではまだ7分12秒くらいのレベルであろうとの判断。このギャップをどうするか。コンセプトとしてはとにかく最初の500mでタイムがクリア出来なければ話にならないと考え、UTメニューで基礎を固めて500m漕や1,000m漕を繰り返してみたが、1分40秒の壁がどうにも超えられなかった。特にキャッチのかかりの悪さとコンスタントレートの低さが反省に出た。その度に課題を追いかける練習を盛り込んだが、今考えればクルー個別の問題点にばかりこだわってしまって、一番の強みというか、これさえ強調していけば多少粗があっても大丈夫、と言える柱が無かった。漕手6名のうち2名がリハビリに回った為に結局漕げる4人でフォアを組んだ訳だが、それしかないないでもないでもっと個性を融合させてやれなかったかという反省がある。8/10に行った2,000mトライアルは順風、ここで6分55秒を切るくらいなら希望が持てたのだが、結果は7分5秒。4人のエルゴ平均タイムも同じくらいであるから、これが良くも悪くもベストパフォーマンスだったのかも知れない。

フォアから離脱してシングルで出漕した高木(3)は大健闘したと言っていいだろう。当然ながら十分と言える練習が出来た訳ではない。自分が茨戸で見れた練習はr.22～24くらいのステディ漕くらいだが、技術的なセンスは非常に高く、このくらいのレートならキャッチの柔らかさとそれに続くサスペンションという彼の持ち味が非常に良く出ていた。レースレートになった時に有効レンジをいかにキープするか、その漕ぎでどれだけ戦えるかが本来なら練習テーマになっていただろう。8/10に避暑合宿中で来ていた東大の無しペアと2,000mを並べていたが、1艇身くらいで負けたとはいえ最後までかなりいいレースが出来ていたのは印象的だった。

女子シングルの瀬尾は北大戦以降も満身創痍の状態が続き、スタンバイ毎にまず何をやるかよりも先に何が出来るかの確認の日々ではあった。しかし自分なりに目標を高く保ち、2度の戸田遠征で実戦感覚を磨くなど、シングルスカラーとして自立していく姿があった。もともと身長とリーチの長さは大きな武器で、戸田でもあれだけの逸材は滅多に出会えない(合宿に来ていた東大の女子コックスも同じ事を言っていた)。一本で進む距離DPS (Distance Per Stroke) がとにかく長い。低めのレートでもスピードに乗った時は括目すべき艇速が出るが多々あった。技術的には多少コンパクトに漕いでも充分リーチは長いから、端々で力を逃がさないこと、出したいレートが出なくてもシートの出を決して急がないこと、フィニッシュまで脚で押し切ること等が奏功したように思う。それでもスタミナ養成に欠かせないユーティリゼーション・トレーニングは決して足りてなかったし、いい調子になっても練習が途切れ途切れになるとそれがなかなか定着に至らない。8/10の東大シングルと並べた2,000mでも快勝したとはいえ低調なタイム。8月に入ってからは真っすぐ進まなかったり、500mでもなかなか本来のスピードが安定して出せなかったりといった不安要素があった。自分としては果たして2,000mレースを漕ぎ通せるのかという心配の方が大きかった。しかしそんな心配を吹き飛ばすような準決勝進出。タイムカーブも中盤の大きな落ちもそれほど無い。こちらの想像を超える躍進ぶりには脱帽である。自分が見れたのは準決勝レースだけだったが、さすがにこれは中盤での力負け。とはいえ自己ベストタイムを叩きだした集中力は素晴らしかった。9月も全日本選手権にシングルで出漕、国体には北大と混成でクオドを漕ぐ。更に高みを目指す姿を見守りたいと思う。

自分が指導者の真似事をやるようになってから、商大が2年連続インカレ準決勝に進むのは初めてのことである。しかしクラブ全体はその結果にふさわしい集団であろうか。秀でたエースだけが進んだ準決勝だったとは言えないだろうか。まだ集団として磨きを