

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 (H27年6月8日～8月23日)

対校フォアは北大戦の勝利の後、茨戸レガッタで3位入賞。とはいってもタイムは1,000mで3分41秒。まだインカレで準決勝に進めるレベルではないという認識を持ってインカレに向けての練習が始まった。目標は「準決勝進出」、タイムの目標は皆で話し合っただけで静水7分5秒切り、逆でも7分20秒と設定した。

シートチェンジを行った。ストロークペアとパウペアをそっくり入れ替えて、S.大塚(2)、3. 江口(2)、2. 高木(4)、B.安生(4)とした。替えた時点ではまだ暫定で、それまでは2年目二人が前の4年目二人にやっとの思いでついていく段階だったが、一歩進んで自分達で対校を引っ張る立場に座らせて、それを後ろから4年目がフォローしていくという形を試してみたかった。もちろん面白半分にはやった訳ではなく、大塚が高木のリズムをかなりいい具合に吸収し始めていたのを認めたくえでのことである。

茨レガからインカレまで2ヶ月以上、一見余裕がありそうだった。しかし7月後半の期末試験に続いて、ご存知の通り今年から就職活動の解禁日が8/1と言うことで、こればかりは初めてのことで練習にどんな影響が出るか分からない(ちなみにフォアには4年目が3人いる)。なのでなんとしても7/26の週末にはインカレで結果を出せるレベルにまで引き上げておく事を目標にした。具体的には7/4の七タレガッタ(医学部・歯学部との1,000mレース。昨年に続き招待されていた)で3分30秒切り、7/25の2,000mトライアルで7分10秒切りを設定した。

7月中旬までロング漕によるスタミナ養成に重点を置き、2年目ストペアで高レートが出ないという課題もその後のショートインターバル漕で克服出来た。タイムは7/19の国体予選で3分29秒、7/25には2,000mで7分2秒(軽い順)を記録。ここまでは目論見通りの順調な伸びを見せた。

しかし翌週7/27からの試験期間と8/1からの就職活動解禁(もちろんそれ以前からも活動は行っているが)で乗艇がだいぶ中断してしまった。もちろんこれも想定内であって、5人で練習出来ない時も工夫してトレーニングを積んできたつもりではあった。ただ反省としてやや「勢い」重視で、今まで大事にやってきたこと基本的な約束事が実は疎かになっていたような気がする。そこをもっと早い段階で補正してやるべきだった。北大戦前よりは間違いなく速くはなっていたが、逆に技術的には下手になっているのではないかという感覚が選手にはあったようである。メニューの強度も高くなってフィジカル面での追い込みの中で、その感覚の mismatch をどう埋めるかが自分の中の課題と言えよう。

単純に体力の面も相変わらずの課題である。8/2にエルゴの2,000mトライアルを行ったが、平均で7分10秒を切っていない。6分台が一人もいないのも問題である。

それらを補うべく今年の練習では他のクルーとの並べを格段に増やした。北大医学部のフォアとは1,000mを2回、北大の女子付きクオドとはロングを2回、石狩翔陽高校の男子付きクオドとはスタート付500m×4本を並べてスプリント能力を磨いた。戸田に入ってからキラーホエールRCのエイトと荒川でインターバル漕を並べて頂いた(今まではエイトの漕手が足りないから現役の誰かが乗るという形の交流はあったが、こういう並べという形のコラボに発展するべきと常々考えていた)。もっともっと並べてもいい。北大のエイトとも艇差を付けるなどして並べても良かった。

それにしても今大会の男子付フォアはレベルが高かった。予選の商大は(1,000mのラップこそ自己最速の3分26秒ではあったが)後半のタイム落ちもあって7分5秒。予選のタイムだけで比べれば43クルー中34番目。準決勝に進んだ16クルーの予選タイムを見ると最も早い日大が6分32秒、最も遅いクルーで6分52秒。これではとても勝負にならない。前回フォアで準決勝に進んだ2002年は6分59秒で予選一着だった事を考えるとやはりレベルアップの波に置いていかれたと言わざるを得ない。毎年言っている事だが、冬場の筋力・持久力の向上は古くて新しい課題である。

北大戦の勝利、北海道選抜として国体本選出場決定はいいが、北海道の中だけで調子に乗ってる田舎者で終わるのは何ともシヤクだったので、この全日本大学の結果には余計こだわってきたつもりだった。しかし結局田舎者で終わってしまった。OB・OGの皆様方からいつも以上の期待を集めているのも重々承知の上だったので、最後にその期待に応えられなかった事が何とも悔しく、情けない。

もう一人、シングルで出漕した森(3)について。リハビリ中で水上練習もままならない中でのレースということで、結果ははっきり言ってこれ以上でもこれ以下でもない。ただ彼が対校のシート争いに絡んでくるようではなくては部のレベルアップは覚束ない。今シーズン蚊帳の外に置かれた屈辱を、主将として最後のシーズンに思い切り晴らしてもらいたい。

この原稿を書いているのが9月初め。気持ちは全日本新人戦に向かっている。今シーズンの対校を引っ張ってくれた2年目の大塚、江口に1年目に加わって、久々のエイトでの出漕を予定している。来年の北大戦でも2005年以来のエイトレース復活という夢を持ちつつ、着実に一步一步かつての強い商大復活を期していきたい。

なおインカレ直前の8/8、茨戸にて現役部員への激励会、夜にはOB・OGの懇親会が行われました。そして8/22の緑丘会館における懇親会には30名を越す大勢の皆様方にお集まり頂きました。この場を借りて篤く御礼申し上げます。応援に来ていた1年目はじめ現役部員には貴重な時間になった事と思います。ありがとうございました。

なお日々の詳しい練習内容や感想は私のブログ「谷津の穴」をご参照下さい。<http://tanitsu3page.blog137.fc2.com/>
ご意見・ご要望等あれば私の下記アドレスまでお願いします。n_tanitsu@yahoo.co.jp



フォア



引退する4年生と谷津監督@国艇前



4年マネ最後のエッセン