

【資料1】

ヨーロッパ遠征の結果と成果

・470級

3大会での成績

クラス	選手名	プリンセスソフィア		イェールオリンピックウィーク		ISAFワールドゲームズ	
		男子	女子	男子	女子	男子	女子
	参加艇数	76	49	86	48	59	37
470男子	関 一人・柳川 祥一	13		7		7	
	松永鉄也・上野太郎	76		20		25	
	山田寛・中村健一	-		32		-	
470女子	田畑和歌子・栗田直美		-		-		11
	吉迫由香・大熊典子		14		2		6
	近藤愛・鎌田奈緒子		13		10		-
	井嶋千寿子・加藤彩香		17		27		-
メダルレース出場							

スペイン プリンセスソフィア	昨年8月の世界選手権以降、最初のヨーロッパ遠征。日本からの移動とヨーロッパに到着してからの移動とあわただしい日程でスタートラインにたつたため、選手はいまひとつ準備不足でレースに入ってしまった。もう少し時間的余裕をもって参加していたなら、この大会でもトップ10に複数のチームが入る可能性があったと思う。来年は遠征出発日など、スケジュールを見直す必要がある。松永は艇を大破し、修理が間に合わなかった。
フランス イェールオリンピックウィーク	1週間前から現地に入り、落ち着いて準備した大会。男子3、女子3の6チームが参加し、男子1、女子2がメダルレースに残ることができた。軽風、中風での日本選手はそれなりに自分のセーリングでレースができるようになったし、昨年から力を入れて練習してきたスタートでも競り負けなくなった。女子は複数のチームがトップ10を狙える層の厚さがでてきたので、期待がもてる。吉迫組の銀メダルは軽風レースでの技術が光ったものであった。
オーストリア ISAFワールドゲームズ	イタリアで1週間の合宿を実施した後の大会。遠征7週間目に入り、疲れもあったが、男子2、女子2チーム全部が決勝ゴールドフリートに残り、うち1艇ずつがメダルレースに残ることができた。日本470チームを牽引する関組、吉迫組が安定してトップ10に入る力がついてきた。グレード1の大会でメダルレースに残れる種目は五輪本番でもメダルを狙えると、いまの時期は判断の目安にできる。

・レーザー、レーザーラジアル級

L:レーザー R:ラジアル

クラス	選手名	プリンセスソフィア		イェールオリンピックウィーク		ISAFワールドゲームズ	
		L	R	L	R	L	R
	参加艇数	104	76	137	80	75	65
レーザー級	飯島 洋一	33		91		56	
	永井 久規	37		108		40	
	沖西 祥宏	100		120		-	
	ホール・イアン	77		121		-	
ラジアル級	石川 あゆ美		59		62		44
	長谷川 哲子		67		76		64

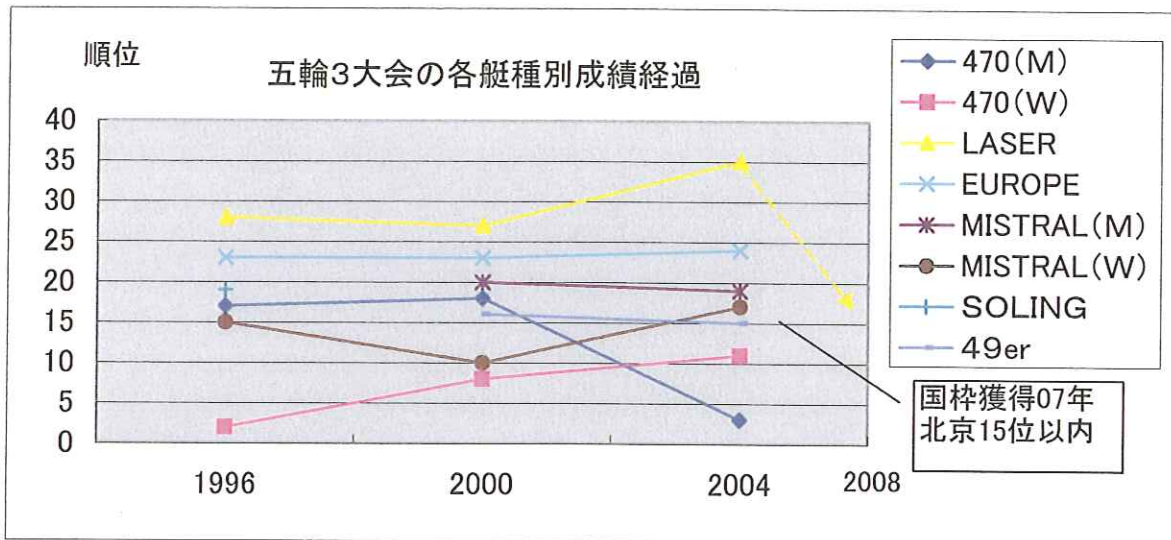
スペイン プリンセスソフィア	レーザー、ラジアルNTチーム結成後最初のヨーロッパ遠征であったが、飛行機の移動とヨーロッパ国内の車両移動時間の余裕がなく、あわただしい日程で準備をしたため準備不足でレースに入ってしまった。もう少し時間的余裕をもって参加すべきであった。レース海域としては順風から強風のコンディションで気候も温暖なことから、海外遠征のスタート地として来年も活用したいと思う。(大会レベルは中程度)
フランス イェールオリンピックウィーク	プリンセスソフィア大会後から現地に入り、合宿を含め十分なレース準備ができ男子4、女子2の6チームが大会に望んだ。参加艇数がレーザー137、ラジアル80と世界選手権なみの参加となった。スタートおよびスタート後3分間のセーリングで負けないことを中心に練習を実施したが、軽風、順風での操船技術・スタートダッシュにおいて外人選手との差を感じる。もっと完成度の高い技術、攻撃的なスタートが求められる。遠征途中から沖西選手の腰痛障害がでたが、トレーナーの治療により大事にならずにすんだ。
オーストリア ISAFワールドゲームズ	男子2、女子2チームが参加、ヨーロッパ遠征3大会目で蓄積疲労も出始めるころであったが、各自目標を持ち大会に挑んだ。永井選手が決勝ゴールドフリートに残ったものの、飯島選手はスタートの成功率が低く第1マークの回航順位が悪い、今後の課題である。女子2選手も軽順風域のレースではあったものの、スタートからうまく走れず思うようにコースも取れない様子。基本スピードの違いが感じられる。

【資料2】

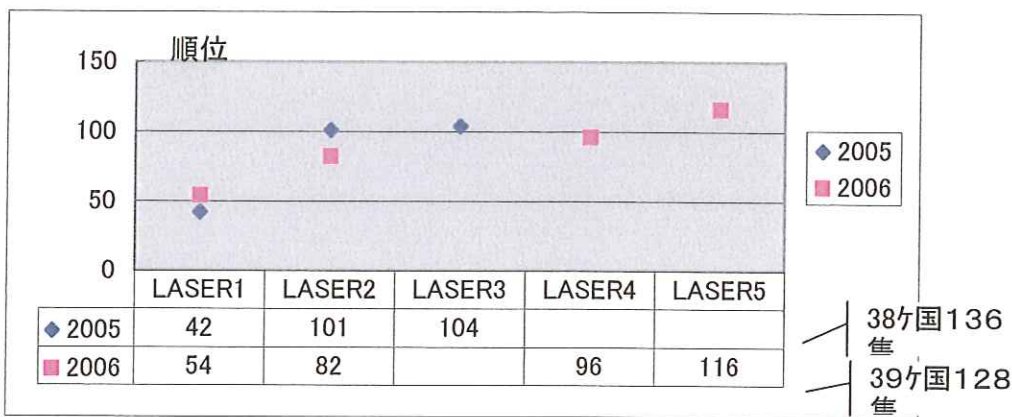
アテネ五輪以降のレーザーNT選手の成績分析

1. 五輪セーリング競技の成績経過状況(1996年～2004年)

種目	アトランタ(1996)		シドニー(2000)		アテネ(2004)	
	参加国	成績	参加国	成績	参加国	成績
470(M)	36	17	29	18	27	3
470(W)	22	2	19	8	20	11
LASER	56	28	43	27	42	35
EUROPE	28	23	27	23	25	24
MISTRAL(M)			36	20	34	19
MISTRAL(W)	27	15	29	10	26	17
SOLING	22	19				
49er			17	16	19	15



2. レーザー級ワールドの成績推移状況(05年～06年)
ワールド成績経緯



目標

	2005	2006	2007	2008
LASER1	42	54		
LASER2	101	82		
LASER3	104			
LASER4		96		
LASER5		116		

アテネ五輪以降、2回のワールドでは、国内トップの選手でも国別22位(05年)25位(06年)である。2回のワールドをサポートし、下記のことが明らかになった。

- (1)ワールド開催地は、強風域であることで絶対的な強風でのボートスピードを付ける必要がある。
 ・8m/sec以上でラフなコンディションでのセーリングを増加させる。(冬場でのセーリング)
 ・常に10隻以上の隻数でのマークエクササイズを実施し、スタート後のタクティクスを習得する。
 ・ピンチアップモードとスピードモードのテクニックを習得する。

(2)ユース及び若手有望選手の育成

- ・ベテランと若手の差を縮めるために、NT以外のユース候補選手との強化合宿を計画する。(ISAFユースワールド、レーザークラスユースワールド参加選手の強化)
- ・NT若手選手の強化

(3)現地でのコーチング

- ・大会会場で選手への的確なコース選択と指示が行なえるコーチの育成
- ・スタート後のトップマークまでの順位を上げるための戦略
- ・スタート前の潮流、風向の変化、地理的な特徴、レース海域の分析能力
- ・選手コンディションのチェック

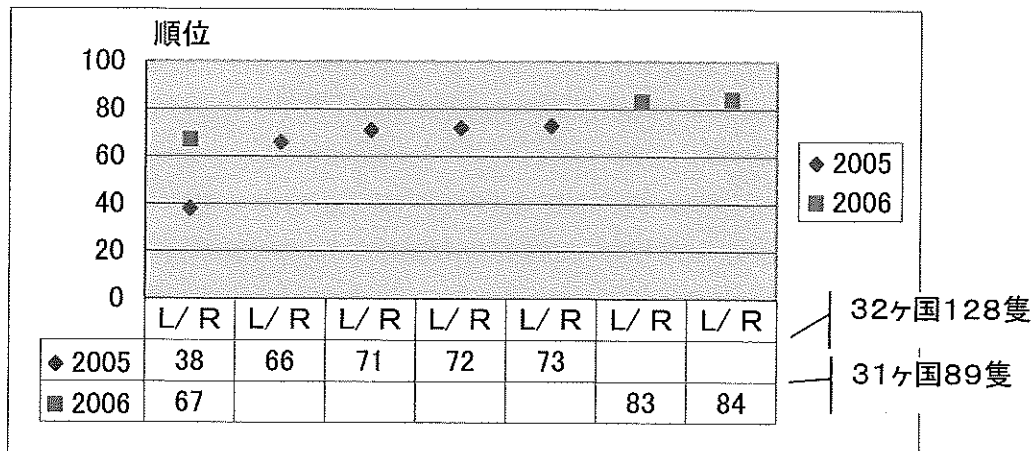
(4)トレーニング計画

- a)07年カスカイス(ポルトガル)で北京五輪出場の国枠獲得のためのトレーニング計画
 ・強風域での乗り込み(1月及び3月～5月)国内合宿を中心に計画
 ・NT欧州遠征計画の見直し(ワールドを含め2レガッタの短期遠征)
- b)プレ五輪で上位を狙えるトレーニング計画
 ・軽風域での国内合宿(プレ五輪参加隻数に合わせたミニレースの参加)
 ・ウェイト調整(強風対策→軽風対策)

(5)アジア大会06年

レーザー級代表選手は、アジアでのメダル獲得が責務であり、その精神的プレッシャーとセーリング界の期待に添える事前準備を整え、レースに臨んで欲しい。

3. レーザーラジアル級ワールドの成績推移状況(05年～06年)
 ワールド成績経緯



	目標			
	2005	2006	2007	2008
L/R1	38	67		
L/R2	66			
L/R3	71			
L/R4	72			
L/R5	73			
L/R6		83		
L/R7		84		

世界選手権 成績

2005年ブラジルワールド

→1名がゴールドフリート

2006年ロサンゼルスワールド→参加者全員シルバーフリート

フリートで日本選手が順位を上げて勝負できていたのは約5m/s以下の風域であった。そのような状況下では、大柄な外国選手が苦戦しているときにうまくぬけだして先行できていた。いまだ世界のトップ選手がヨーロッパ級からの転向組が多くレーザーラジアルに十分な乗り込みができていない場面も感じ取れた。

2007年以降ヨーロッパ級からの転向組をふくめ若手の参入、各国の強化育成によりより一層のトップレベルの層の厚さが予想される。

重点ポイント

(1) 5m/s以下の風域では スタートからコース、フィニッシュまで 確実にトップ集団で走り抜くことを当然とする。

・そのためには国内強化選手以外に5～8選手全員が常にトップクラスで接戦を作れる日本国内の状況を作り出す。

(2) 5m/s以上の風域では まだセーリングの時点で他、外国選手との差が見受けられる。

・クローズホールド、リーチング、ランニングの走りでの基本的なVMGを身につけること。
・波、うねりの対処を的確にするため時間を費やしての、乗り込み練習が必要。(一艇でも可能)
・冬場の寒く、乾燥した強風での、風の重い時に実施。

(3) ラフなコンディションでクローズ、フリーのレーザーラジアル艇のベストな走らせ方をイメージする。
・トップレベル選手の帆走DVD、ビデオ等で再確認し、最速、最良をとことん掘り下げて納得する必要

(4) 各自の分析、研究

・各自各艇のウィークポイントを再確認、再認識、する必要あり。
・レースでの敗因の反省をもっと深く分析すること。
・国内でのレース展開、勝つポイントと海外でのレース展開、勝因の違いを理解すること。
・北京オリンピック選考まで残り少ないので、各選手が自ら意識して必ず実行すること。

(5) トレーニング計画

07年カスカイス(ポルトガル)で北京五輪出場の国枠獲得のためのトレーニング計画

- ・強風域での乗り込み 波、うねりに対する十分な乗り込み
- ・海外トップ選手とのセーリングが重要(走り合わせ)
- ・一回り大きな体格を作る。腕、肩、首回りのウエイトアップ。
(懸垂等、パワーアップ)
- ・ラフなコンディションで一週間戦えるだけの十分なスタミナ作り、(走り込み)