

J I S S 合宿

昨年に続き、今年も1月、2月、3月の3回に分けて42名がJ I S SでT S Cチェックを受けました。T S Cチェックは健康診断と体力測定との2部門に分かれており、健康診断はアスリートのための人間ドックのようなもので、怪我や病気の予防、初期の段階で発券するための診断です。体力測定はセーリングチームが指定する種目の測定を行い、個々の運動能力のチェックをします。健康診断は筋肉や体脂肪、可動域などもみながら体の組成を理解します。体力テストは筋力、瞬発力、持久力を測定します。健康診断のほうでみんなが興味を持っているのは体脂肪率で、昨年よりも減って喜ぶ人あり、大幅に増えてうなる関さんあり。



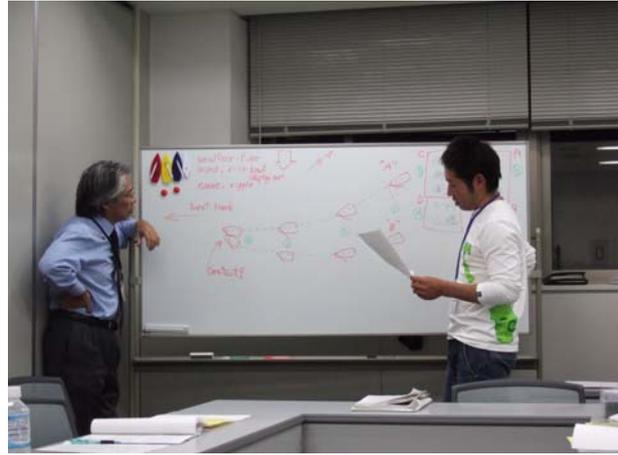
また、体力測定では、みんなの大嫌いなシャトルランがあります。走れなくなるまで走るのですから、いつやってもきついわけですが、昨年よりもアップしているとうれしいものです。シャトルランはR S Xチームが男女そろって上位をしめています。

今回はT S Cチェックに加えて、夜の時間を使ってルール講習会を行いました。国際レースでもアンパイヤーで活躍する青山さんをお願いして、合計4回の「海外レースでの抗議書の書き方」をメインに、青山さん特性の「虎の巻」を作成していただき、その使い方をグループ形式で学びました。

N T選手は海外レースに出て行くわけですが、抗議がトラウマになっているようではどうしようもありません。アテネ五輪で吉迫・佐竹組が抗議に対する初歩的なミスで入賞やメダルへ届かずに終わったことを思えば、今からN T選手は英語に負けない度胸をつけておかなければならないということで、始めました。青山さんはご本人も英語で海外のジュリーと太刀打ちしなければならないわけですから、日本人が何を苦労するかをよくご存知で、今回は通訳でも活躍される英語教室の先生であられる奥様のきみさんにも講習に来ていただいて、「Y e s といわないこと」を徹底して練習させていただきました。きみさんが、最初から英語だけで話す勢いに選手一同あつけにとられていましたが、海外での審問はそういうことなのだという事も痛切に感じただいです。



知恵を出し合うRSXチーム。



発表する轟選手（右）と審判の青山さん（左）



英語がダメなら、みぶりで勝負！
ケースはモデルの置き方で説明できるよ！



YesとNoが使えない日本人の英語を
徹底して説明してくれた青山きみさん

サンフランシスコで開催された470世界選手権では、吉峰くんが、審問の最後の総括でいう一言のときに、「僕がモデルを使って説明したことが、僕が実際に見た全てです。」と、審問でヨットの模型を動かしながら説明したことが全部ですと言い切りました。英語ができなければ、モデルを正確に扱えるようになることが抗議で勝つための一番いい手段です。今後は青山さんの虎の巻に加えて、実際のケースを例にモデルを動かしながら英語で説明するという練習をしていけたらいいと思います。選手の皆さんは、「わからないときには英語でYesというな。いっそのこと、日本語をしゃべってしまいなさい。」という青山ご夫妻のアドバイスを忘れないように！

また、今年のテストイベントからは気象データをとるため、各選手の気象に対する知識のレベルチェックも行いました。今年のテストイベント、来年のプレオリンピックで蓄積したデータを本番で日本チームが使うためには、元になるデータを正確に集めることが必要です。誰がどこまでちゃんと理解しているかを把握することにより、必要なレベルまで全体を引き上げていくことができます。これについては、オリ特HPの技術アドバイザーの欄で、すでに岡本治朗さんの解説を掲載しています。これから必ず覚えてほしい基礎知識、チームとしてまとめる気象データ、レースコースと気象データのつながりなどを、今後、段階をへて説明していく予定です。積みあげたデータがオリンピック本番でいかせるように準備を始めました。

昨年よりも怪我をしている選手が多いのが気になりました。膝と腰が要注意です。