

I-1. 活動成果及び今後の課題

(注) 各項目の記述には必要な分量のスペースを使ってください。

(1) 活動成果（選手結果を含む）

合宿期間 12月23日～25日および27日

北海道釧路市阿寒町のFIS公認国設阿寒湖畔スキー場にて合宿を行なった。

暖冬小雪の中であったが、コースは国際レベルの競技会を開催するレベルである水を撒き、文字通り氷結したスロープに仕上がっていた。

練習内容もひじょうに充実した内容であり、大会開催種目である大回転・回転の2種目の練習を行なうことができた。

練習内容としては大会レギュレーションとほぼ同じ条件で1日6～8本の練習ができた。

これは運動時間が40～50秒であり、強度としては400メートルダッシュと同程度である。

以上のことからひじょうに高強度かつハイレベルな練習を消化することができた。

大会期間 12月26日大回転・28日男女回転

成田選手は大回転では4位であった。1本目滑走中に腰を痛めてしまい、その結果、実力を十分に発揮することができなかった。中村選手は10位であった。

回転では成田選手が2本目コース中盤で転倒、前十字靱帯断裂という怪我を負ってしまった。現在、当該選手はリハビリ中であり、6月にはハイレベルなアスリートとして復帰予定。中村選手は10位。

(2) 今後の課題

合宿期間においては練習時間が限られているため、大会直前の練習内容が詰め込み型になり、その結果、指導する選手の怪我に繋がってしまった可能性がある。

ハイレベルなアスリートになればなるほど、世界各国を転戦するため練習内容の調整は必須なものである。同時に夏季トレーニング（フィジカルトレーニング）を行うことで体力レベルを上げ、世界を転戦し、怪我のしない身体作りを行う必要がある。

今回、指導する選手が怪我をしてしまったことはスキーにつきものである膝靱帯の損傷とはいえる年間を通じてのトレーニング内容を見直す材料となった。

現在、世界チャンピオンとなっているノルウェーの選手などはフィジカルレベルがとても高く細やかに管理された練習を行なっている。

今後の課題としては、ノルウェー型のトレーニングプログラムを参考にしフィジカルレベルを向上させ、競技特性から怪我に強い身体を作っていくことが今後の課題である。

同時に身体のメンテナンスを行うマッサーなども帯同させ、万全の状態でスタートを切れるようにする、など今後の改善点が多く見られた。

II. 支出報告 (用途、数量等を具体的に摘要欄に記入して下さい)

費 用	金 額	摘 要
(1) 宿泊費	90,000 円	12月22日-12月28日
	28,160 円	2月15日-2月19日
(2) レンタカー費	31,102 円	12月22日-12月28日
	75,200 円	2月25日-3月7日 (大会キャンセルの為、28日返却)
(3)		
(4) 交通費	27,640 円	2月15日-2月19日 東京-新高岡-上野
(5) その他	2,370 円	荷物送付
合 計	254,472 円	

※上記に記載された支出の事実が分かる領収証のコピーを添付してください。

I・2. 活動成果及び今後の課題

(注) 各項目の記述には必要な分量のスペースを使ってください。

(1) 国民体育大会(依頼を受け選手帯同)

合宿期間 2月 15 日～19 日

富山県の平スキー場にて開催。

記録的雪不足であり、トレーニング環境は限られていた。

季節外れの温暖な天候であり、雪質もひじょうに柔らかく難しい状態であった。

トレーニング内容としては大会コースでの限られた時間の中でのフリースキーを中心に行い

大会に向けての調整を行なった。

その結果、アドバイスを行なった宮本選手が成年男子 B 組で優勝した。

しかしながら、関係選手全員が入賞することは叶わず、事前の練習環境などを含め、今後は改善の余地が十分にある。

小雪の際の現地でのトレーニング環境が整わない場合の情報網の構築など、今後は個人と組織の

ネットワークをさらに発展させることを痛感した次第である。

I・3. 活動成果及び今後の課題

(注) 各項目の記述には必要な分量のスペースを使ってください。

(1) コンチネンタルカップ日本シリーズ

合宿期間 2月 25 日～3月 7 日日

北海道遠軽町および阿寒町で開催予定のコンチネンタルカップであったが出発し

到着の段階でコロナウィルスの影響により大会全日程のキャンセルが決定した。

不可抗力によるキャンセルであり、レンタカーレートの支出しのみ計上した。



第98回全日本スキー選手権大会 in 阿寒

