

Kyoto Sangyo Univ. Ski Team 通信 (2014.4)

<各チーム 春学期トレーニング予定・今後の予定>

アルペン (トレーナー代理 谷 俊哉)

アルペン部門の今学期の活動予定は、4/21 から全体トレーニングを行いたいと思います。5月中旬までは長い距離を走り、基礎的な体力作りからはいっていききたいと思います。昨シーズンは体力的に足りない部分もあり、課題の一つでもあるので、しっかり有酸素能力を高めていきたいと考えています。また、今年はインカレ1部残留することができず、とても悔しい思いをしたので、全員がこの悔しさをバネにし、来年の2部総合優勝はもちろんのこと、再来年のインカレこそ良い成績を残せるよう今から意識を高めて取り組んでいきたいと思います。そのためには一人ずつ目標を持ちそれに向けての意識向上と、お互いが刺激し合うチームにしていきます。来年のインカレでまずは優勝して1部昇格するために、オフシーズンから雪上に立った時につながるようなトレーニングをしていきたいと思います。また、スキーだけではなく学業にも力を入れ文武両道ができるようチームが一丸となっていきたいと思います。

<今後の予定>

5月5日～6日 雪輪合宿 (滋賀県 マキノ)
5月25日 春季季節外駅伝

ランナー (トレーナー 平山 喜久)

昨シーズンのランナーは、インカレでポイントを取ることが出来たのが女子リレーだけということとなり男子は2部降格という結果となってしまいました。全関でも個人戦などでポイントも多く獲得することが出来ず、決していい結果ではありませんでした。チームを支えてきた4回生が2人抜けてしまったので、その穴を埋められるようにしていかななくてはなりません。

今年度はランナー部門に新たに5人の新入部員を迎え、ランナー部門は男子8人女子3人となり前年度よりも人数が増えます。個人戦やリレーメンバーなど出場枠を争う状況となり、チーム全体が緊張感をもって練習に取り組むことが可能になると思います。

オフシーズンのトレーニングでは、チームとしての目標と個人としての目標をしっかり定め、その目標を日々忘れることなく練習に励みたいと思います。先ほども言った通り今年度は新入部員が5人いるので、充実した練習環境であり質の高い練習を行うことが可能であると思います。しかし、そのような環境をうまく使いランナー部門が力を発揮出来るかは個々の努力も必要であると思います。そのために生活面、学業面から最低限のことはしっかりとしていきたいと思います。また、今年度もサポートしてくださるコーチの方々としっかりと連携をとりながら怪我のないように取り組んでいきたいと思います。

<今後の予定>

5月5日～6日 雪輪合宿 (滋賀県 マキノ)
5月25日 春季季節外駅伝

ジャンプ (トレーナー 山本 晋平)

昨年のジャンプチームは、インカレにおいてポイントを獲得することができず、チームに貢献することができませんでした。また、チームも二部降格と一部チームとの力の差を感じました。今後は個人の能力を今まで以上にあげていき、今年は二部優勝を目標にして頑張っていきたいです。

今年はジャンプの練習を増やしていきたいと思います。毎日の練習にもジャンプ系の練習を組み込んでいき、ジャンプでもクロスでもどちらでも戦えるようになっていきたいと考えています。

今年は5月後半から休日を利用して、白馬や妙高などへジャンプ練習に行き夏場からジャンプのレベルアップをはかっていきたいと思います。そのほかにも県連合宿などにも参加しレベルアップをはかっていきたいと思います。

<今後の予定>

4月15日	練習開始
5月5日~6日	雪輪合宿 (滋賀県 マキノ)
5月25日	春季季節外駅伝

基礎 (トレーナー 矢野 豪伸)

昨シーズンの基礎部門はオフトレーニングからインラインスケートを中心にスキーに活かせる技術の習得を目指してきました。チームの目標としては個人でも総合でも岩岳大会での入賞を目標としていました。しかし結果は総合25位とかなり目標から遠い結果となってしまいました。団体戦でも23位、男子の最高順位も86位と持てる力をすべて発揮したとは言い難いです。全員が目に見えて分かるほど上達していたので、実力を出し切れず多くの部員が悔しい思いをしました。しかし、いくつかの明確な目標も得ることができたので、この経験を今シーズン活かしていきたいと思います。

基礎部門は4月7日よりオフトレーニングを開始し、新チームとしての活動を始めています。チームの主力であった4回生が一度に3人も抜けた穴は大きく、現在は男子5名女子2名とこのままでは団体戦に出場不可能な人数です。総合での入賞には団体戦と個人決勝の出場人数が重要です。なんとか多くの新入部員を確保するため、他の部門にも協力していただき現在勧誘活動中です。

今年度は厳しい戦いになりますが、部員の人数は言い訳になりません。個人での岩岳大会入賞などは狙える位置にいるので、個人の実力の向上と大量にポイントの取れる団体競技の完成度をより高いものとし、全員が昨シーズンの成績を超えることが出来るように努めることで総合順位もついてくると思います。そのためにも勧誘活動とオフトレーニングにより一層力を入れていきたいと思います。

<今後の予定>

4月7日	練習開始
4月14日	新入生歓迎会
5月5日~6日	雪輪合宿 (滋賀県 マキノ)
5月25日	春季季節外駅伝