



モダンタイムス

2009年2月号 発行

平成21年に入り、一か月以上が経過しましたが、クラブ員の皆様はどのような年になりそうですか？

2月、3月は何といてもスキーのトップシーズンです。スキーの魅力とは時代や人の志向が変わっても、変わることのない普遍的な部分があります。冬にしか出来ないスポーツ(スキー)を楽しみましょう。

☆江戸川区民スキー大会

1月18日、パインリッジリゾート神立にて、今年度の江戸川区民スキー大会が開催されました。モダンからも6名の方がエントリーし、皆さん上位の素晴らしい成績でした。この内、何人かは2月28日～3月1日に菅平で行われる、都民大会に出場する予定です。スキー行の予定のある方は、是非、菅平に行って応援して下さい。選手の皆様ご苦労様でした。

回転男子	1部	1位	津村忠行
	2部	1位	佐藤太郎
	3部	10位	山田敏幸
			(1本目3位、2本目DF)

2月行事

2月7日～8日に菅平高原スキー教室が、開催されました。1月号でもお話しした様に、近年の諸事情から、1.5泊の比較的、気楽に参加できる、タイトな行事に設定いたしました。募集20名に対して、11名参加にとどまりました。宿は、長年お世話になっている、三日城館で「くつろぐ」という点では一番の宿です。

参加者：谷村、刈込、佐藤、畠山、林、久保(弟)
栗本、飯岡、志賀、佐川夫婦

計画の段階から、交通は乗用車分乗だったので、事務局の久保氏により振り分けたのですが、仕事や時間、その他の理由で4台の車になりました。佐藤氏の場合は、前橋からの参加なので、単独の移動になりましたが。

7日深夜0時前後に、宿舎入りとなり、翌日の事を考え、半泊の利点「布団で眠れる」という最高の条件で、すぐ休めば良いものを、皆、顔を合わせると一杯、飲みながら話しが弾み、結局、消灯は2時半頃、わかっているけどやめられません。



7日 天候：晴れ

今年初めての菅平でしたが、雪が少ないのには驚きました。もとこのスキー場は、例年雪は少ないのですが、気温が低く、降雪機により、十分な雪は付いているのですが、所々ブッシュもでていた状態でした。宿に聞くと、今年は温かく、時折、雨も降るそうです。地球温暖化という言葉が、身近に感じられる様になりました。我々も日々の生活で温暖化ストップを心がけましょう。

8時、朝食を済ませた頃、最後の参加者の飯岡氏が到着しました。飯岡氏は当初ご夫婦参加の予定でしたが、奥さんの実家(鹿児島)で急用ができ、二人ともキャンセルになりましたが、ご主人は用事が済んだという事で復活参加になり、当日着となりました。一人で車の運転をし、初めてのスキー場なので、道に迷い行き過ぎたようで、かなり遠回りをしたようです。それでも参加したのは、スキーに対しての、情熱があるからだ、と、感じます。

9時、玄関前に集合し、念入りに体操をし、開講式を行いました。今回の行事責任者は谷村氏が担当し、挨拶、班分けの後、グレンデへ出発。計画ではフリー班もつくる予定でしたが、皆の意見により、2班に分かれ、1班は、講師刈込に、佐藤、林、畠山、久保、栗本、飯岡が、硬い斜面でのターンとスピードコントロールにポイントにおいて、皆で研修を行い、2班は講師谷村に、志賀、佐川夫婦が、パラレルターンの基礎をポイントに、講習を行いました。12時に午前の講習をきりあげ、昼食をグレンデ内にある、天狗ロッジでいただきました。普通は宿泊客しか利用できないところですが、さすが、谷村、林、両氏の顔で、ブーツを脱ぎ、大変くつろげ助かりました。

午後になり、佐藤、林、両講師によるビデオ講習に移りました。ほとんどが、急斜面での撮影でしたが、特に目を引いたのは佐川さんのご主人です。昨年4級に合格したばかりですが、プレーキ要素の多い滑りですが、パラレルの基本の平行操作で、安定しており、基礎からきちんと講習を受けていると、こうも早く上達するものだと、感心をしました。

寒い中、撮影をしていただいた、両講師に感謝いたします。

夜は、食事のあと、ビデオをつまみに盛り上がり、谷村氏が持参した、今年度の中央研修会の画像を見ながら、充実した一日が終わりました。



☆3月志賀一の瀬スキースクール☆

なんといっても、志賀は雪質が良く、ロングコースを滑るには、最高です。シーズンを締めくくるには、うってつけのスキー場です。参加希望者は、早めに事務局までお知らせ下さい。

8日 天候：晴れ

早朝、目が覚めると雪がちらつき、視界も悪いような天気でしたが、朝食を済ませた時間になると、雪も止み、昨日と同じようなよい天気となりました。9時に玄関に集合し、グレンデへと出発、班担当を、1班が刈込から谷村へ、2班を谷村から畠山へと交代し、昨日と違った目線での講習に入りました。

谷村班は、彼の持つ多くの引き出しの中から、急斜面の中での、バリエーショントレーニングを中心にを行い、又畠山班は緩斜面と中急斜面をとり混ぜながら、彼独特の優しい口調で、きめ細かなパラレルトレーニングを軸に行い、皆、ためになった有意義な講習だったと、好評でした。

昼食は、みんなで白樺荘へ行き、名物の「カツサンド」をほおぼり、午後2時までスキーを楽しみ、3時に三日城館を後にしました。

準指導者養成講習会

今回の7日～8日の日程は、東京都の指導者養成講習会と同日程でした。この講習会はスキー指導者としての技術と理論を身につける事が目的で、受験するためには必修になっています。

モダンからは、松本氏が受験しますが、熱心に2日間受講しておりました。受講後は、ビデオ撮影にも数本ですが参加し、宿も同じ三日城館なので、夜は一緒に技術論にも加わりました。2月のこの頃になると、受験者は皆同じ悩みを持つようです。それは、迷いと焦りです。色々な人や、本、ビデオにより情報が多すぎ、頭と体の整理が出来ないのが原因だと思います。その結果、本来の滑りが解らなくなるようです。

こんな時は、経験者の話を参考にするのが一番の解決策のように思います。3月の検定まで、まだ一か月以上あります。心身ともに万全の調整を期待します。

指導部：若手スキーヤー

冒頭に紹介した、江戸川区民スキー大会で、1部優勝した津村氏は高校生の頃に、モダンで2級と1級をとり、学生時代は、競技スキー部で活躍しておりました。彼の滑りの特徴は、短い時間で板をたわませスキー板が持つ回転性能をできるだけ引き出すことを目的にした、「効率重視のポジショニング」です。体軸を長く保って身体を傾け、内股関節や内肩を下げ、腰と肩のラインを傾けた、スピードに対してバランスのとりやすい姿勢です。

それが好成績に繋がっていると感じます。又、反対に、「安定重視のポジショニング」もあります。難易度の高い斜面の中で、バランスをキープしやすい、肩、腰、斜面を水平に保ち、脚部を主体に身体の傾きをつくるタイプです。

スキー技術に完成型はありません。それぞれのシチュエーションに適応した技術や運動で楽しんで下さい。それには、まずは基本です。

◇編集後記◇

久しぶりに佐藤斉指導員のキレの有るショートターンを見、数年ぶりに林秀吉指導員も参加し、行事責任者の谷村氏も心強そうな行事でした。この所、顔を出していない、有資格者、役員、クラブ員の皆さん、都合をつけて是非参加して下さい。(編集：刈込万友)