

活動報告

2020年4月5月

戸取大樹



## 全日本選手権が延期になりました。

コロナの影響により、4月18・19日に予定されていた全日本スピード選手権大会が10月に延期となりました。同大会は世界選手権(7月開催→延期期日未定)およびアジア選手権(10月開催→開催可否未定)の代表選手選考会ですので、国内では一番重要な大会です。冬からこの大会に向けて調整して来ましたが、ちょっと拍子抜けな状態になってしまいました。調整は順調に進んでいたのが残念ではありますが、もっと速く成れる時間ができたと前向きに捉えてトレーニングに向かっています。現在は職場や近隣の河川でのスケートに加えて、陸トレやランニング、室内トレーニングを増やすようにしています。

## スケート超会議を開催しました。(4月6日)

Zoom が普及し始めて、かねてより考えていた会議を主催しました。

ジャンルを問わず、国内のスケート業界全体はこの30年ほど停滞していて未来が見えない状態が続いています。スケート界全体を動かしていくには向かう先の大きな旗が必要だ



と思っています。そのためにどんな未来にしたいか、アイデアを各分野の関係者から話してもらいました。折を見て第2回、3回と続けていくつもりです。

## Insta Live タバタトレーニングを始めました。

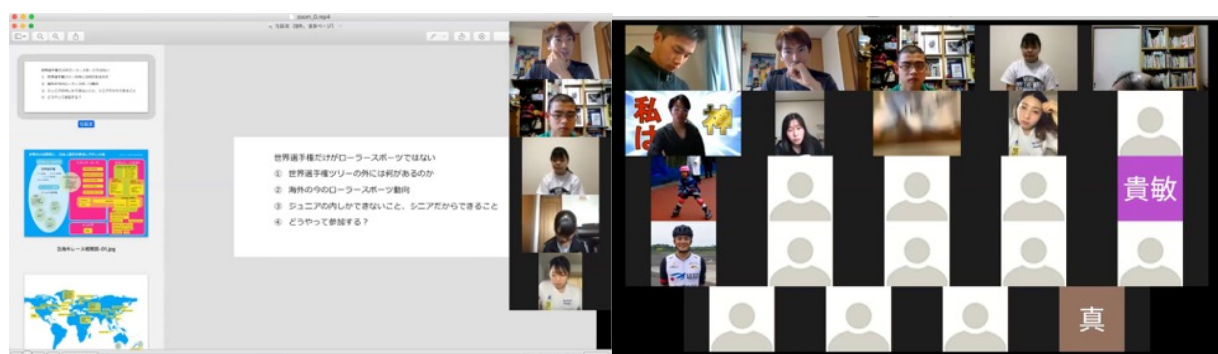
緊急事態宣言で4月8日から自宅待機となり、何かできることをとを考えて、4月9日(木)からインスタライブでのタバタトレーニングを始めました。Instagramのライブ中継機能を使って、観覧する人とタバタトレーニングを一緒にやっていく企画です。トレーニング効果を考えて火木土の週3回実施しています。毎回20人前後の参加があり、5月いっぱいまで実施する予定です。



## Zoom 日本代表合宿を実施しました。

例年GWに実施されている代表候補の合宿が中止となり、モチベーションも下がって来ているところです。代表を目指す選手たちとともに2日間(5月5、6日)zoomを使って交流、トレーニングを実施しました。1日目は小山選手(東洋大学)が受け持ちアルゼンチンのトレーニングなどを指導しました。2日目を僕の方で受け持ち、前半にモチベーションアップの方法や海外のスケート事情について話し、後半にタバタトレーニングの理論と実践を行いました。

参加者からは今まで知らなかった世界が広がったと声をもらいました。



## 新しいレーススーツができました！

今年度のレースで使用するウェアが届きました。工場がちょうど武漢だったため、影響をもらって3ヶ月遅れとなりましたが、大会も延期が続いているので幸い(というのかどうか)レースで着るのには間に合いました。



今までにない状況で競技生活はおろか日常生活にも大きな変化が訪れた春でしたが、逆に今まで考えながら取り組めないことを実践できるまたとない機会でした。  
 他の競技のアスリートとの交流も増え、新たな展開が期待できそうです。