

活動報告 10・11月

作成者: 戸取 大樹



【優勝】インラインチャレンジ in YOKOHAMA 2020

11月8日、厳重なコロナ対策の中、新横浜の日産小机フィールドで開催されたインラインチャレンジ大会(主催:日本インラインスケート協会(JIA))ロードレース・エキスパート部門(最上位クラス)で優勝しました。

コロナ禍後シーズン初のレース。縮小規模ながら昨年の日本代表選手二名を含むレースで優勝できたことは嬉しい成果でした。約5kmのレース、序盤から愛知の桑野選手(エスタディオ)が積極的にアタックを仕掛ける中、中盤の梅村選手(東京・志村クラブ)のアタックに乗り2人逃げとなる。最終ラップ手前で梅村選手を突き放して優勝しました。(写真:同2位の梅村選手と。コロナ対策のため表彰式はなし)



【5位】川崎マリンエンデューロ(自転車)

10月18日に神奈川県東扇島で開催された川崎マリンエンデューロ・2時間ソロにエントリー。初めてのエンデューロレースでしたが5位に入賞しました。(注:エンデューロレース。規定時間内にどれだけの距離を走れるか)



序盤から 40km/h 以上のハイペースで推移。後半、2時間ソロの選手1人を含む5人の逃げを追う展開になり追走集団の先頭で追いつつ、最後は集団でゴール。2時間で計81kmを走りました。

春からの自転車トレーニングがあつてこそその結果でした。



【イベント開催】やり直すけーと

10月24日、かねてより考えていたスケート中級者向けのイベントを開催しました。改めてスケートの基礎を学ぶ機会を、定員いっぱいの参加をいただきました。予定の2時間を超えて、また半分が座学という構成でしたが、皆んな熱心に聞いてくれていました。



やり直すけーと

10月24日(土) 20:00~📅 月 日 曜日

- 初心者が教わるスケーティングと中級者からのスケーティングは180度違う!
- 運動生理学的から見たスケーティング
- 日常生活エクササイズで上達する。
- 全てに通ずるスケーティングの基礎

こんな方に!

- 上手くなってきたけど、このままでいいのかな?
- そういえば基礎を習ったことないなあ...
- 滑つてるとすぐ疲れちゃう...
- 初心者っぽい滑りから脱出したい!

① スケートはどうやって進むと楽なの?

② スケートがラクになる身体の使い方

③ 日常生活がトレーニングになる!

④ スケートを履いて実践!!

講師 戸取大樹

ローラースケート歴35年

スピード競技日本代表

お申し込みはフロントまたはお電話で!

大人 1000円
中学生以下 500円

国内に存在せず(国内はローラースケートフィギュアのみ)、参加者は唯一の発表の場として喜んでもらえたようです。

トレーニング

引き続きトレーニングは順調にこなせてきています。

平日は週3回の自転車トレーニング、週3回のスケートトレーニングに加え、週1回南池袋のパーソナルジム「BodyAmbition」でジムトレーニングを始めました。週末は他クラブのトレーニングに参加しています。

