

戸取 大樹

8・9月活動報告



目次

8/4 [バーティカルランニング] 階段トレーニング at 東京タワー

8/6 [ランニング] ランニングパーソナルトレーニング at 練馬総合運動公園

8/22 [インラインスケート] ロングライフスケーティング練習会 at 埼玉県道満公園

8/28,29 [インラインスケート] ハッピーカップ愛知大会&講習会 →延期

9-10月 Find FC インセンティブスポンサー

9/11 [バーティカルランニング] 中部電力 MIRAI TOWAR スカイラン at 愛知県名古屋市

9/12 [インラインスケート] スケーティング改善トレーニング(パーソナルトレーニング)

9/25 [インラインスケート] ロングライフスケーティング練習会 at 有明防災公園

9/26 [インラインスケート] **HOUR RECORD CHALLENGE at 江戸川区水辺のスポーツガーデン**

アスリートイラストワーク

階段トレーニング at 東京タワー

バーティカルランナーの小山選手のお誘いで、9月に開催の中部電力ミライタワースカイラン参加に向けての練習会が開催されました。当日エリートクラスで参加予定の選手（小山、TED、戸取、渡辺、陣在、石垣、新井）が参加しました。



当日の会場を試走

した小山選手の細かな情報とレクチャーで、レースを想定した実践的なトレーニングを積んでいきました。



ランニングパーソナルトレーニング at 練馬総合運動公園

長年ランニングの指導をしているスパルタンレーサーのTEDさんのパーソナルトレーニングを受講。僕自身はランニングに関しては素人なので指導全てが新鮮に映ります。スケートや階段競争に生かせそうなヒントがいくつもあり、ランニングにとどまらず有意義な時間になりました。



ロングライフスケーティング練習会 at 埼玉県道満公園

月に一度開催している中級スケーター向けのレッスンに今回も15名の参加がありました。国内のスケート人口は決して多くないですが、このところの用具の進歩（フィットネスタイプのスケートに大きなタイヤをつけたスケートが登場）に伴ってのんびりと楽しむ中間層



が増えてきたと感じています。ロードバイクと同じようにこの層が厚くなると全体の人気も上がり、さらに広がっていくと思っています。

ハッピーカップ愛知大会&講習会 →延期

コロナ禍で大会が開けていない現状を憂いて、若手の元選手2人が中心となって大会を企画、愛知県大会と併催という形で開催することになりました。僕自身はデザイン周りや助言という形で2人に協力しつつ選手としても参加予定でしたが、残念ながら緊急事態宣言を考慮して延期(10月末予定)となりました。大会前日に予定していた選手向けの講習会も残念ながら中止せざるを得ませんでした。延期期日にて再度企画しています。

区分	種目	参加費
小学生	男子	580円
小学生	女子	580円
小学生	混合	580円
小学生	自由	580円
小学生	男子	580円
小学生	女子	580円
小学生	混合	580円
小学生	自由	580円
小学生	男子	580円
小学生	女子	580円
小学生	混合	580円
小学生	自由	580円

<https://www.facebook.com/%E6%84%9B%E7%9F%A5%E7%9C%8C%E3%83%AD%E3%83%BC%E3%83%A9%E3%83%BC%E3%82%B9%E3%83%9D%E3%83%BC%E3%83%84%E9%80%A3%E7%9B%9F-107090218323382>

Find FC インセンティブスポンサー

お世話になっているアスリートサポートの FIND FC の9-10 月インセンティブスポンサー制度に挑戦しています。この制度は、「明確な目標を立て、その目標に向かって精進し、その結果その目標を達成することでの成果報酬としてスポンサー料を取得」というもの。

<https://athkatsu.com/challenge/10819/>

当初の目標としては「東京都クラス別選手権大会総合優勝」「MIRAI TOWER スカイラン6位」を掲げていましたが、クラス別選手権が 11 月以降に延期となったため代わりに「アワーレコードチャレンジで 34km を達成」を目標として掲げました。▼



<https://athkatsu.com/challenge/11039/>

結果報告▼

<https://athkatsu.com/activity-report/11181/>

<https://athkatsu.com/activity-report/11330/>

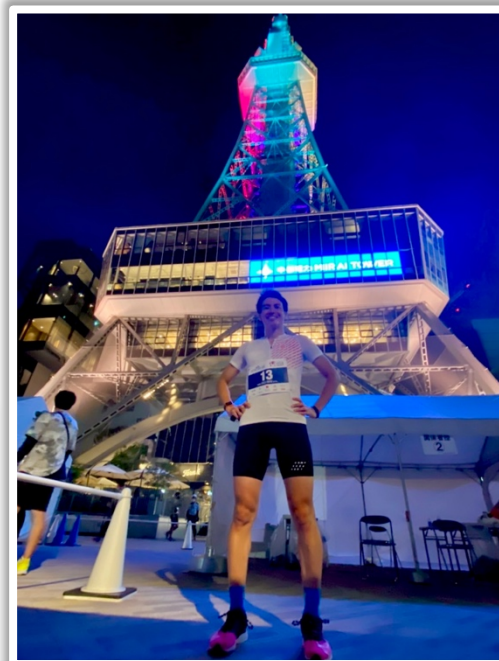
中部電力 MIRAI TOWAR スカイラン at 愛知県名古屋市

愛知県名古屋市の中心街栄で開催されたバーティカルランニングレースに参加しました。

<https://miraitower-skyrun.jp/>

想像以上に大きな大会で、お昼前に始まった一般の部も含め300人近い参加がありました。会場は綺麗にライトアップされ、選手一人一人を細かくアナウンスする演出には圧倒されました。

前日のブリーフィングから参加し、気合い十分で挑みましたが、目標の6位には届かず2分17秒で11位という結果でした。階段レースに参加し始めて



半年あまりですがこの結果は悔しく思うので、10月から始まる Stairs Rallyと12月の東京タワー階段競争で挽回していきたいと思います。

スケーティング改善トレーニング

MIRAI TOWER の名古屋遠征の翌日、かねてより希望のあった S さんのパーソナルトレーニングを実施しました。S さんは全日本選手権にも出ているスピードスケーターです。スケートは特に個々の



癖が強くて、その差による影響も大きいのでトレーニングはできるだけパーソナルが良いと考えています。

参加者には株式会社ツインズにご協力いただいて看板商品の結ばない靴紐キャタピランを特典としてお渡ししています。



ロングライフスケーティング練習会 at 有明防災公園

9月のロングライフスケーティング練習会は、インラインスケート情報サイトの Skrap との共催という形で有明で開催しました。毎度参加者の1/4くらいは新規の方で今回も13名の方が参加してくれました。



レッスンの内容的には基礎をやり直すことがメインです。インラインスケートは本格的に日本に入ってきてからまだ30年ほどです。その前のローラースケートも国内では70年ほどの歴史しかなく、基礎の指導方法も固まっていませんでした。ようやくこの10年ほどで出来上がってきたスケーティングを、これまで習うチャンスがなかった世代に伝えていきたいと考えています。

HOUR RECORD CHALLENGE AT 江戸川区水辺のスポーツガーデン

一年あまりスケートの大会は延期や中止が続ぎ、スケートの話題自体がほとんどない状況が続いています。選手を辞めてしまったりモチベーションが上がらないという声も確実に増えています。

そんな中で、大会だけじゃないモチベーションの上げ方もあるんだよ、こんなこともできるよというのを見せるのが大事だと思っています。これまでも個人的には海外の大会を紹介し

HOUR RECORD
アワーレコードチャレンジ
CHALLENGE
by Hiroqui TOTORI

9月26日(日) 12時30分

江戸川区水辺のスポーツガーデン
今回、国内で初めての試みとしてアワーレコードに挑戦します。

※トラックの形状が国際規格に適合しないため非公認の記録となります。

一年あまりスケートの大会は延期や中止が続ぎ、スケートの話題自体がほとんどない状況が続いています。選手を辞めてしまったりモチベーションが上がらないという声も確実に増えています。

そんな中で、大会だけじゃないモチベーションの上げ方もあるんだよ、こんなこともできるよというのを見せるのが大事だと思っています。これまでも海外の大会を紹介する取り組みやオンラインで合同トレーニングを行ったりしてきましたが、アワーレコードチャレンジもそれらの延長にあります。

コロナ禍の始まった昨年、ドイツの選手男女二人がそれぞれ数年ぶりにアワーレコードに挑戦して世界記録を樹立しました。それを見て僕自身も大きな決意をもちました。今後その記録を基準に挑戦していく選手が続くと想像します。

今回日本国内で初めて実施するにあたって、会場との都合があり公式の記録にはなりません。日本の選手がチャレンジしていくベンチマークでありきっかけになると考えています。

HOUR RECORD とは？
簡単に言えば「1時間で独りでどれだけ走れるか」を計測するものです。
1周200mのインラインスケート用トラックを使用して、最初から最後まで1時間を独りで走り続けます。
2020年にドイツのフェリックス選手が数十分ぶりにこの記録に挑み、39.932kmという記録を残しています。

この日のヒーロー
戸取 大樹
4歳からスケートを始め、現在はインラインスケートに専念。2020年にドイツで世界記録を樹立。現在はドイツ在住。現在はインラインスケートで活躍中。

たりオンラインで合同トレーニングを行ったりしてきましたが、アワーレコードチャレンジもそれらの延長にあります。



一方で、コロナ禍の始まった昨年、ドイツの選手男女二人がそれぞれインラインスケートとして初めてのアワーレコードに挑戦して世界記録を作りました。今後その記録を基準に挑戦していく選手が続くと思われます。

今回日本国内で実施するにあたって、公式の記録にはなりません（施設が規格外であり、また公認には国際審判員の招聘が必要なため）日本の選手がチャレンジしていくベンチマークでありきっかけになると考えました。

今回の会場となる江戸川区水辺のスポーツガーデンは1周200mの立派なリンクですが、施設的には記録の出にくいリンクでしたので目標を34kmに設定して挑みました。



当日は思わぬほどの応援をいただいてスタートすることができ本当に嬉しかったです。最終的に記録は **33.016km (165周+16m)** となり、目標にはわずかに届きませんでしたが、たくさんの方が駆けつけ協力してくれたこと、スケート的话题を提供できたこと

が何よりの結果だと思っています。

挑戦の様子▼は以下の [youtube](https://www.youtube.com/watch?v=VqTIFYkhr3o) からご覧ください。

<https://www.youtube.com/watch?v=VqTIFYkhr3o>

https://www.youtube.com/watch?v=Ud_cpu4iU70&t=6s

アスリートイラストワーク

アスリートの方々からイラストと名刺の制作依頼をいただいています。

