

## 27年度京都インターハイを終えて（2015. 8. 31）

今年のインターハイは京都アクアリーナで行われた。見所はというと、須山晴貴と板橋美波である。先の世界水泳でリオ・五輪の出場資格を得ることに失敗した板橋はどのような格好で優勝するかということであった。この小柄な選手を見ていると、イリナ・ラシコ（当時ロシア）を思い出す。イリナを少し小型化した選手だなと感じた。

ふたを開けてみると、案の定、板橋は高飛び込みで30点以上の差をつけての優勝。板飛び込みになると、まだ不安定なのか2位との差が1点なかった。4位までの差が約10点という結果であった。見ていて非常に面白い試合が展開されて「ひょっとしたら」「ひょっとする」というあんばいであった。2位には金戸 華、3位には藤原 蒼がはいった。いずれの選手も1年生である。今後、この3人でしのぎを削るであろう。

また、昨年から取り入れられたシンクロダイビングもまずまずのできで、男子は関東、東海、近畿の3チーム、女子は近畿、近畿、関東が入賞し、したがって近畿、関東が来年の複数枠を決めた。

館内が狭い関係で入場する際のごたごたが心配されたが、あまり大きな問題はなかったようだ。こういう方式も今後取り入れていけたらいいと思う。このように競技運営の面でも非常にスムーズに進んでいった。河合初子先生をはじめとして、高山優子京都委員長、川合結万京都高体連水泳委員、山崎雅夫大阪飛込委員、などなど皆様方に本当にお世話になりました。感謝してお礼申し上げます。

このインターハイで気がついたことは、立ち上がりの方向ということである。立ち上がりとは踏み切ってひざが伸びきった方向である。須山君も板橋さんも（前ものの種目）まっすぐに上に飛び出している。やはりこうでないと高さがたかいとは言われない。その脚力に上体を巻き込んでいく。この動きがスムーズである。その動きのジョイントとなっているのが体幹である。ふたりとも体幹のトレーニングをものすごくやっているように思う。いくら脚力が強い選手でも体幹がしっかりしていないとその力が上体に伝わらない。脚と上体が別々なのである。飛び出しから入水までの流れを一つの個体が演じなければならない。そして体をまっすぐにすること、これも体幹である。このように体幹トレーニングは飛び込みにおいても非常に大切なことである。

京都の風物詩、大文字焼きもホテルの部屋からビルの谷間を縫って目にすることができた。改めて京都のよさを体感したように感じる。5つの山火から京都の町をてらす、それもほんの20～30分の間である。暑い夜をさらに熱くする、これも京都の人たちにはたまらないのであろう。