スポーツクライミング、メダルへの道

安　井　博　志（スポーツクライミング日本代表ヘッドコーチ）

１．2016年オリンピック種目追加決定後からの強化策

2016年８月にスポーツクライミング複合種目が東京オリンピックの追加種目として正式に決定した。これまで国際大会で行われていた「スピード種目、リード種目、ボルダリング種目」を１人が行うというコンバインド種目が新種目として採用された。2008年から国民体育大会山岳競技では「リード種目、ボルダリング種目」の２種目しかなかったため国内でスピード種目をトレーニングする施設もなく、熱心に取り組んでいる選手もいなかった。そのため「スピード種目」の強化についてはゼロからのスタートであった。

(1) スピード種目の強化

まず初めに行ったのはすでにトップ選手を育成している諸外国に学ぶことであった。2016年１月にイタリアへ日本代表チームを派遣し、そこでイタリアとフランスという強豪国から基礎的な知識や技術を学んだ。短期間で選手たちは競技に慣れ、手応えと自信を持って帰国することができた。また、それまで日本国内になかったスピード施設も2016年秋から徐々に整備されて現在は国内に16ヶ所整備された。

2017年からは強化委員会で「スピード強化プロジェクト」を開始し、国内ランキング（自己ベストタイムによる順位付け）や協会主催の記録会を実施しスピード種目の強化を本格化させた。これにより200人を超える選手達がスピード練習に取り組み日本国内での競争を活発化させることにより強化を図った。

またＪＳＣのサポートを利用し、世界トップ選手の動きの分析を2017年秋からスタートした。国際大会へ映像分析スタッフを派遣し、撮り溜めた膨大な競技映像を日本選手のタイム更新に結びつけるため科学的な視点から解析し「どうしたら速くなるか？」を模索し続けた。さらに、2018年からはロシアやインドネシアなどの世界トップで活躍している選手・コーチを日本代表合宿に招聘し、理論的な理解や強豪国の実践的な取り組みを学んだ。このようにして短期間で効率よく選手強化を行うことができた。

(2) 複合種目の強化

日本選手は基本的に「リード種目専門」か「ボルダリング種目専門」の選手が多かった。そのため専門種目以外種目を含めた３種目をおこなうコンバインド種目の大会参加を選手達は容易に受け入れることができなかった。そこで、日本代表チームの構成を見直し、そのチームを決定する選手選考基準を大幅に変更することを行った。

それにより複合種目に熱心に取り組む選手を「オリンピック強化選手」という枠組みで最重要な強化選手と位置づけ理解を促した。初めはその強化方針に違和感を持つ選手達もいたが、次第に浸透していき日本代表チーム内でオリンピックへの取り組む意識や活動が大きく変化していった。

また複合種目を強化するためには１種目に取り組んでいたときとは異なる能力を求められるためトレーニング内容を変更しなければならないことやトレーニング量を大幅に増やす必要があった。選手たちにはよりタフになることを求めながら複合種目への強化を進めていった。

(3) 国際大会を利用した強化

ア．2017年からのワールドカップシリーズには複合種目の強化を意識し、オリンピック強化選手はどちらのワールドカップにも優先して参加できるようにした。それにより国際大会を利用した選手強化を実施し、自信をつけさせた。また2018年からは国際大会にさらに積極的に参加させ、実戦の中で鍛え日本チーム全体のレベルアップを図った。多くの選手たちが切磋琢磨することで2019年にはボルダリング種目とリード種目の２種目において国別ランキング１位のチームになった。

しかし、新型コロナウイルス感染症によりオリンピックの延期、国際大会の開催が困難な状況になり2020年は国内大会を中心の強化を強いられた。2021年シーズンは対策をしながら可能な限りの国際大会に参加させ他国の選手たちと競える機会を持つことができた。改めて国際大会が選手たちを育てる場であることを通説に感じた。

イ．選手選考の経過と大会対策

2019年世界選手権大会後に国際スポーツクライミング連盟（以下、IFSC）はそれまで各NFに説明してきた選考基準の解釈に誤りがあったと公表した。しかし、日本協会は再三の確認のもと国内選考基準を作成し選手たちもそれに従ってオリンピックを目指してきたこともあり大きな問題となった。2019年11月、日本協会は解釈の変更取り消しを求めてスポーツ仲裁裁判所（以下、CAS）に提訴した。2020年12月、CASより仲裁判断の通知（日本協会の請求を棄却）を受け、世界選手権2019八王子で７位以内に入った日本人選手男女の上位２名が選出された。

ウ．現地でのコンディショニング

（ア）チームスタッフ構成

大会会場へのアクセス可能なスタッフは５名であったが、サポートスタッフを４名配置し、選手の輸送・ケア・分析などをチーム全体でカバーした。

（イ）直前トレーニング

地元開催ということで各選手が日頃利用している施設をHPSCとして登録して利用した。選手たちは日頃のトレーニング環境の中で最終調整することができた。また拠点としては葛飾区東金町スポーツクライミングセンターを40日間あまり占有利用し、短期間ではあるがオリンピック代表チームの練習拠点として利用した。



大会会場での最終調整

２．各種目の試合経過と戦評

(1) ８月３日 男子予選

第１種目スピードでは、半数近くが自己ベストを更新するなど、選手たちの今大会に懸ける意気込みを感じさせるレースが続いた。１位は5.44秒のバッサ・マウェム（フランス）、２位は5.94秒の楢﨑で、ともに上々のスタートを切る。原田は7.08秒にとどまり、15位と出遅れる。

第２種目ボルダリングは、折り返しの10人目が全４課題を登り終えた時点で２完登が３人のみ。難課題が続いたこの種目で１位を獲得したのがミカエル・マウェム（フランス）だった。そしてこの種目でも２位につけたのが楢﨑。第１課題から２連続完登を決め、第３課題でのゴール取り、第４課題でのハンドジャムに失敗してしまうが、２完登した選手の中

で唯一４ゾーンを獲得した。総合成績でも４ポイントで暫定２位。リードを前にして決勝進出を決めた。原田は制限時間ぎりぎりでの第１課題完登を見せたが、その後が続かず、この種目は12位にとどまった。

最終種目リードでは今年W杯デビューしたばかりの17歳、コリン・ダフィー（アメリカ）が躍動。３番手ながら完登に迫る高度42＋をマークする。楢﨑は高度26＋で14位と順位を下げるも、スピード２位、ボルダリング２位、リード14位の56ポイントでミカエル（33ポイント）に次ぐ総合２位となった。原田はスピード種目で痛めていた指のケガを再発し苦しい展開ではあった。最後まで持てる力を発揮したが、総合18位で予選敗退となった。

(2) ８月４日　女子予選

第１種目スピードは、男子予選同様に多くの選手が仕上がりの良さを見せ、13名が自己最速をマークした。日本記録（7.88秒）を持つ野中もその流れに乗った１人で、１本目で7.74秒、２本目で7.55秒と大舞台で自らの記録を２度塗り替える。スピード専門選手で世界記録（6.964秒）保持者のユリア・カプリナ（ロシア五輪委員会）を上回り、４位で上々のスタートを切った。１位はアレクサンドラ・ミロスラフ（ポーランド）で、世界記録まで0.01秒以内まで迫る6.97秒を計測。野口も自己新の8.23秒で９位となり、悪くない出だしとなった。

続くボルダリングは第１課題以降に苦しむ選手が多く、２完登が上位進出の目安に。16番手の野中は１課題目の完登以降はふるわず、また痛めていた右手首をかばいながらの競技となり、１完登で終了。19番手の野口は２課題目を失敗し、上位進出に後がなくなった状況で第３課題を２トライで沈めると、第４課題は会心の一撃。キャンパシングをこなした後、しっかりとポジションを整えて、この課題２人目の完登者となった。これで野口はブルック・ラバトゥ（アメリカ）に次ぐ２位に浮上したが、最終競技者の絶対的女王、ヤンヤ・ガンブレット（スロベニア）が次々と登り切り、全課題を１トライで攻略して１位。総合順位でも１位に躍り出る。日本勢は野口５位、野中６位と、いい順位で最後のリードにつなげた。

最終種目リードは2019年のW杯年間女王ソ・チェヒョン（韓国）が２位に７手差をつけて圧倒し、決勝進出が確定。野中は上位に入らなければ予選敗退が危ぶまれる中、勝負どころの見極め、カギとなる緑のピンチホールドが連続するトラバースを前にしてレストを挟み、そのまま突破して暫定３位の高度30＋でフィニッシュ。苦手種目での躍進で野口（高度27＋）、ガンブレット（高度30）を上回り、決勝へ進出した。

(3) ８月５日 男子決勝

男子決勝には、８名が進出したのだが、ミカエルの兄でスピード専門選手のバッサが上腕二頭筋の腱を断裂する怪我を負ってしまい、決勝前に棄権した。選手の繰り上げはせず、７名で競技が行われた。

トーナメント方式の第１種目スピードは、バッサの棄権により、その対戦相手だったオンドラが初戦を突破する有利な形となった。ボルダリングとリードに長け、スピードを大の苦手とする金メダル候補のオンドラが４位以上を決めたことで、ライバルの楢﨑は１位を取りたい状況になった。楢﨑は初戦を制すると、予選で0.01秒差だったミカエルとの大一番にも勝利。１位獲得が目前に迫ったが、自己ベストで勝るヒネス・ロペス（スペイン）との対戦で自らが編み出したショートカットムーブ「トモアスキップ」でスリップ。このミスで大きく出遅れてしまい、２位となった。

第２種目ボルダリングは、緩傾斜壁に作られた「歩く系」のスタティックな課題で、楢﨑ら５人が一撃で攻略する１課題目から始まった。続いて「走ってジャンプする」ダイナミックな出だしの第２課題。ここはゴール取りのタイミングで見事にトウフックを決めたコールマンのみが完登する。第３課題はハリボテを円形に並べ中央に寄せた印象的なデザインの強傾斜課題。ゾーン後のガストンをほとんどが越えられず、完登者はゼロ。これで総合順位は、ミカエル、楢﨑、コールマンの上位３人が６ポイントで並び、ヒネス・ロペスが１ポイント差で追う混戦となった。

最終種目リードは予選同様に蛇行するルートが取られ、先頭の楢﨑は高度33＋まで到達。メダルのゆくえは後続の結果次第となった。すると３番手のコールマンが楢﨑を超える34＋を計測し、この時点で楢﨑優勝の可能性が潰える。その後はリードを得意とする選手が高度を更新。最終競技者のシューベルトが見事な登りで完登し、男子決勝を締めくくった。４位となった楢﨑はスピード最終レースでのミスが悔やまれる結果であった。また７人で決勝が行われたことにより、各種目の１位が非常に有利になってしまったこともミスの挽回の場面を奪ってしまうこととなった。



楢﨑智亜 @IFSC

＜決勝リザルト＞

１位：アルベルト・ヒネス・ロペス（ESP）
　　28ポイント（S 1位／B 7位／L 4位）
２位：ナサニエル・コールマン（USA）
　　30ポイント（S 6位／B 1位／L 5位）
３位：ヤコブ・シューベルト（AUT）
　　35ポイント（S 7位／B 5位／L 1位）
４位：楢﨑智亜（JPN）
　　36ポイント（S 2位／B 3位／L 6位）
５位：ミカエル・マウェム（FRA）
　　42ポイント（S 3位／B 2位／L 7位）
６位：アダム・オンドラ（CZE）
　　48ポイント（S 4位／B 6位／L 2位）
７位：コリン・ダフィー（USA）
　　60ポイント（S 5位／B 4位／L 3位）
棄権：バッサ・マウェム（FRA）

(4) 8月6日 女子決勝

第１種目スピードで、その専門選手とは別の組み合わせとなった日本勢は、着実に勝利したい初戦を切り抜ける。続く専門選手との一戦には敗れ、３位決定戦は日本勢対決に。激しいデッドヒートを制した野中が３位、野口が４位スタートとなった。１位はミロスラフで、なんと最終レースで世界新記録をマーク。従来の6.96秒を上回る6.84秒を計測した。

第２種目ボルダリングは、昨日の男子決勝に続き、難攻不落の課題が並んだ。第１、第２課題とも７人が競技を終えて完登者はゼロ。しかし世界女王のガンブレットだけが攻略を可能とし、最終課題に入る時点で、独走するガンブレットの１位が確定。２位以下は主にゾーン獲得数に対するアテンプト数の差で争った。スピード専門選手のジョベールより下の６位にいた野中は、最終課題でのジャンプアップに成功。強靭なフィジカルを発揮して１トライ目にゾー

ンまで到達し、暫定２位へと浮上する。野口にとっては最後のボルダリング課題。だがポジショニングが難しく、ホールド間も遠い難関を前に、ゾーンにも至らず競技終了となった。最終的にこの種目で野中は３位、野口は４位。総合１位は５ポイントのガンブレットで、９ポイントの野中は３位、16ポイントの野口は６位で追う形に。

最終種目リードは、野口を総合順位で１つ上回るラバトゥが高度20＋とスコアを伸ばせず。すると、これを集大成のトライとしたい野口が気迫の登り。ラバトゥの記録を超え、負荷の高まる中間部に突入。そこから複数のデッドポイントを決めると、高度を29＋まで伸ばした。続くガンブレットも長いレストを取り入れながら、終盤は粘り強さも見せて高度37＋でフィニッシュ。後続がガンブレットの記録を超えられず、最終競技者を前にしてガンブレットの金、野中の銀が確定した。野口には銅メダルの可能性が残り、最後に登るソがガンブレットの記録を超えなければ表彰台が決まることに。女子最年少・17歳のソは臆せずトライするも、35＋で落下。野口のメダル獲得が決まった。

スポーツクライミング界初のメダリストとなった３人は、その場で涙の抱擁を交わす。表彰台でも３人の目には涙が見られ、五輪に挑むまでの期間、そして本番での戦いがどれほど厳しく辛いものだったかを窺わせた。そして、長年日本を牽引してきた野口啓代は、その競技生活に幕を閉じた。



野中生萌 @IFSC



女子決勝 @IFSC



野口啓代 @IFSC



女子表彰式 @IFSC

＜決勝リザルト＞

1位：ヤンヤ・ガンブレット（SLO）
5ポイント（S 5位／B 1位／L 1位）
2位：野中生萌（JPN）
45ポイント（S 3位／B 3位／L 5位）
3位：野口啓代（JPN）
64ポイント（S 4位／B 4位／L 4位）
4位：アレクサンドラ・ミロスラフ（POL）
64ポイント（S 1位／B 8位／L 8位）
5位：ブルック・ラバトゥ（USA）
84ポイント（S 7位／B 2位／L 6位）
6位：アヌーク・ジョベール（FRA）
84ポイント（S 2位／B 6位／L 7位）
7位：ジェシカ・ピルツ（AUT）
90ポイント（S 6位／B 5位／L 3位）
8位：ソ・チェヒョン（KOR）
112ポイント（S 8位／B 7位／L 2位）
（climbers 記事抜粋引用）

3．競技後の総評と反省

目標であった「金メダルを含む、複数メダルの獲得」を達成することができなかったが、選手達のパフォーマンスは目標に近似の内容であった。コロナ禍の対応、ケガがある中での調整、暑熱対策等は非常に困難であった。オリンピックは初めての経験であったが、やはり他のどんな国際大会とは異なる大会であったと振り返る。男女とも序盤から予想した試合展開とは異なる展開で非常に苦しかった。それは大会延期前とは選手の勢力図が大きく変わっていたこともあったが、オリンピックという大舞台での目に見えない様々な外的な要因が影響していたと感じた。その影響を自身が悪いモノではなく良いモノにできた選手が最後はメダルを獲得したのだと感じた。

反省としてはケガをした選手が2名おり、その対応に苦慮した。特に原田は約半年も影響が続き、本人もチームも最後まで回復させることができず、大会中に再度のケガが発生してしまった。オリンピックに向かっては全選手が途方もないトレーニングを行っていたが、ケガをしないさせないことは最も重要なことであると痛感した。

この5年間は、オリンピックを知らない私たちにとってすべてが未知の挑戦であり、困難な事ばかりであった。素晴らしい日本代表チームの選手達とスタッフ、JOC・JSCの皆様、スポンサーの皆様、協会関係者、クライミングの仲間達、他競技の先輩や同志に支えられ何とか終えることができた。コロナ禍の大会開催に関わってくださった大会組織委員会・大会ボランティアの皆様をはじめとする大会関係者の皆様、素晴らしい大会を開催していただき感謝の気持ちでいっぱいである。東京オリンピックでは4選手とも苦しい場面が幾度もあった。それは日本選手だけではなく参加したすべての選手達も同様であり、他の国際大会とオリンピックは別モノだと実感した。この大会の経験をスポーツ界およびクライミング界の発展へ繋げ、日本チームの選手強化へ結びつけることが本大会に関わった者の責務だろうと感じている。



スポーツクライミング日本代表選手団