

ヨット、モーターボートの雑誌

JUN, 2011
www.kanri.co.jp

6

KANRI



【特集】

日本人長距離セーラーが伝授!

地球の海の歩き方

RYA VOLVO
DINGHY SHOW

ディンギーだけの
ボートショー
(英国)

Marine Photo Gallery

フランス領ポリネシア マルケサス諸島

トピック

ロンドン五輪

チーム・ジャパンの強化戦略

カリブ海の

レーサー虎の穴遠征記

第34回アメリカスカップ

最新ニュース

東日本大震災マリン業界

復興支援ニュース

特別連載

スピード&スマート

メインセールのトリム

あの日のオールド・ソルト

ナビゲーターズ・ガイド

和歌山県・串本

【新連載】

初心者雪乃の

ヨット習練日記

【広告企画】

進化を続ける、

アウトドア用アイウェア

【読み込み付録】

マリックスカタログ

【船紹介】

デゲロ28MS

ソディアック・プロオープン550

ヤマハAR240ハイアウトプット

最新鋭ワンデザインクラス Farr400

東日本大震災、マリンへの爪あと

そのとき、津波がマリーナを襲った

カリブ海のレーザー虎の穴 マスターズセーラーの遠征記

レポート写真＝田中太夫



冷たい風の吹く冬の日本を離れ、カリブ海へ、世界のレーザーの猛者が集まる、レーザー・トレーニングセンター

遠征を1年過ぎた頃、本格的にレーザーに取り組んで、どこまでスキルアップできるかという答えのない疑問に挑戦することにした。以後2年間、地元千葉県の船毛ヨットハーバーをベースに、毎月の練習会と関東水域を中心とするレガッタに参加してきた。いずれはマスターズの世界選手権などにも参加するつもりでいる。昨年3月には、海外でのレースにむかひため、タイのパタヤで開催されたアジアパシフィック選手権にも参加した。「参加できるレースにはすべて参加する」と意気込んでいたが、残念ながら結果がつかないのが実情だ。

一人乗りのレーザーは、セーリングに関する総合力が要求され、スキルアップには多くの知識、さまざまな海況で集中的に乗り込む時間と体力、そして望むらくは優れたコーチとトレーニングパートナ

ーが必要となる。年齢とともに体力、集中力、俊敏性、感覚などが、漸次鈍化している。数少ないメリットは、既にリタイアした身であり、健康さえ許せば時間だけは自由に使えることくらいだ。ともあれ、継続して乗り込む時間を増やすことと、多くのレースに参加して戦術・戦略を磨くこと、そして乗り込むことで体力と俊敏性を向上させるよう努めてきた。

このため、オフシーズンとなる冬季の過ごし方が重要になるが、年齢を考えると、温暖な南北回帰線に近い海域でのセーリングが望ましい。アジアパシフィック選手権に参加したのも、冬季のセーリングスポットに関する情報を集めるのが目的の一つだった。そしてこの1月に、充実したプログラムと実績にひかれ、ドミニカ共和国のレーザー・トレーニングセンター(LTC)を訪ねた。

レーザー・ トレーニングセンター

LTCが位置するカレタは、ドミニカの首都プエルトリカの郊外、ラ・スニオン国際空港から海岸に沿って東方50kmに位置する。カリブ海の典型的なビーチリゾートの一つで、どこまでも続く砂浜に面した町は、潮から潮まで徒歩で15分程度、滞在中は、車なしで過ごすことができる。

「Sailing World」誌の特集記事(2008年11/12月号)に、LTCの概要が、次のように紹介されている。

「LTCが本格的な活動を開始したのは、アルゼンチンの470級五輪セーラーで、スポーツ医学の権威であるルロ・ボロジョヴィッチ(博士)が専属コーチとして参画した2004年以降である。以後、年間を通して温暖な気候と平均7~10m/sの安定した海況に恵まれていることから、多くの



トップセラーのトレーニングのメッカとなっている。2008年北京五輪のゴールドメダリストのポール・ダンディン(男子・イギリス)とアナ・チュニクリフ(女子・アメリカ)をはじめ、北京五輪に参加した20人近くの選手がRTCでトレーニングしている。

クリニックは年間を通して開催されているが、通常は4日間、10人前後の参加者を対象としている。筆者は、昨年の9月ごろから主催者のアリ・バルシと連絡を取り、今年1月20日から16日までの期間に、4日間のクリニック、さらに休息日を1日は含んで3日間のヒドゥンインターレガッタに参加することとした。現地での滞在日数は、前後に予備日を入れて10日、帰国から帰国までの全行程は14日となった。基本的なスケジュールは以下の通り。

- 05:00 起床。シャワー/食事/タームのチェック/前日のメモの整理
- 08:00 練習場へ移動(徒歩10分)/朝食
- 09:00 LTCのバーで早い朝食(軽食)
- 10:00 プリーフィング・バルシによる練習メニューの説明。関連したテーマに沿って、世界のトップクラスの選手の動きを映像で説明。
- 12:00 出船。練習時間とメニューは海況によるが、集中できるのは2時間程度と割り切っている。
- 15:00 帰着後、練習解説。
- 15:30 デブリーフィング: 当日収録した映像と、事前に撮影済みのトップセラーの映像とを比べ、違いを分かりやすく解説。問題点を指摘。
- 17:00 終了(延長することはない)
- 19:00 ホテルでシャワーを浴び休息。有志が集まりビール飲み、のんびり夕食。
- 21:30 ホテルに帰ってメールチェック、就寝。

洋上での練習メニュー

クリニックの主要テーマは、あらゆる海況・帆走状態でのスピードアップ。日本のメインテーマは、アップウインド、ダウンウインド、ボートハンドリング、カタチキスと異なるが、以下に代表的なメニューを示す。

- ①ウオーリングアップ: 約10分
- ②スタート練習: ゲートスタートで3分×3回(スタートボードとボートで各6回)。ラジ



ヘッドコーチのバルシ(右)によるチューニングの解説に聞き入る参加者たち



カパレニボータの船。艇外と船内(右側)は、ついには少し多すぎたかも美しすぎた



左からイブシイ、筆者、ジョイ、フィビーン、ブルース、ニクス。イブシイはアメリカ人、ニクスはイギリスの支那代表だ。

アルは、通常スタンダードの風上からスタート(スタート直前のポジションキープ、スタート時にバスマイザーがハイモード帆走からローモード帆走かの見極め、チューニングの修正などが主眼)。約20分。

③8タック&3ジャイブ: ショートコースで上マークまで6回のタッキング、下マークまでに5回のジャイビング。上下2回×2回。約20分。
④セカンドベストドリル: スタート後、集団が上マークまでの中間点に近づいた時、苗の合図でスタートマークまで逆戻り。遅れた艇が先行するレース展開となり、その後は上下の戻し込み。上下2回×2回。約20分。

⑤ダウンウインド: バイザリー→トランジション→プロードリー→トランジション→バイザリーの繰り返し。サトワンの時刻表を最小限とし、プレーニングが終わる前に、スムーズな手回しをしながら進路変更。進路変更の後で、ルールの許容範囲でのパンピング

とパンピングを行い、スピードを維持・加速する練習。ダウンウインドで常に実施。

⑥ローモード/ハイモード: スタート直後や上マークのアプローチで、上り角度重視かスピード重視かの判断力を養う練習。ショートコースでスタートマークを幅広く、上マークを左にずれか右に大きく位置させ、マークに近いピンポイントからスタートするか、上マークとの距離は増えるがスピード重視でマークに向かうべきかを判断。約20分。
⑦レース練習: 2-3回。約30分。

参加者の顔ぶれ

今回のクリニックの参加者は、北米と北米を中心にして16人。特にカナダ勢の参加が目立った。マイアミのヨットクラブのインストラクターのジョイ(アメリカ)、日本で働いていたこともあるコルサー(スイス)、ノルウェーの学生ニコラス、ニューヨークに留学中のウリアムス(パルメーダ)、スウェ

RACE FILE



海上でのトレーニングは、1日約3時間。これ以上だと疲労が蓄積してしまうためだが、内容はパラメーターに準拠、課題なども異なる



海上で各参加者のセーリングの様子が頻りに撮影で撮影され、授業後、それを基に細かい指導が行われる



地元ドミニカのセーラーラウル(左)は互換代表候補。[江戸]中央は熊本大学で日本語も話す。二人とも実業家で、地元の名士

ーダンの女学生クリスティーナ、オランダに留学中のフィリピン(オランダ領キルソー)、3度目の参加だという南科医ブルース(アメリカ)、プロセーサーを目指す技術者若者アンドリュー(アメリカ)、イギリスに勤務する会計士レナート(スペイン)といったところが、印象に残っている。

彼らのはほとんどは、単身で参加している。練習後、場所やメンバーを変えながら、毎晩遅れ戻って夕食を取り、食後は翌日のスタミナを残しながら、さらに飲み歩いた懐かしいセーラーたちである。そのほかカナダ勢では、カルガリーからのグループ、トロントの大学教授夫妻などがいた。

3日目からは、互換代表のニック・トンプソン(イギリス)とイブレイ・ジューム(アイルランド)が参加し、クリニックのレベルを高め、内容を盛り上げてくれた。主催者のアリも優れたレーザークルーで、昨年のユーロビアン・マスターズの、スタンダードクラスのチャンピオンである。また、ドミニカの互換代表候補のラウルも、ミッドウインターに備えて練習を開始した。

クリニックの最終日には、「お元気ですか? 私の名前はエドです。昔の東京、

江戸と同じ発音です」と、見かけからは信じられないような明瞭な日本語で突然話しかけられた。聞けば、15年前に熊本大学で地質学を修め、現在は首都サントドミンゴで地質コンサルタント会社を経営しているという。

互換代表候補のラウルはセメント工場の経営者で、エド同様ドミニカの有望な若手実業家である。昨年のハイチ地震の時には、LTCのクリニックに参加しており、プリーフィングの最中だったそうだ。

成果を試すレガッタ

休日をはきんで、いよいよ3日間のレガッタが開始された。毎日レースが実施され、合計9レース(計でレース1)が盛りなく消化された。

第1レースのみ風速5m/sで、風速が7m/s以上上がるまで約1時間海上待機。海外の本格的なレースでは、5m/s以下ではレースを実施しないというわが国は本音だと、感心したことを覚えている。

参加艇数はスタンダードが24艇、ラジアルが13艇。筆者はラジアルに参加し、12位に終わった。2日目の第2レースの時に

最も風が強く10m/s前後まで吹き上がり、珍しく3番手につけていたが、フィニッシュ直前にラダーが外れるトラブルが発生。沈んだ状態でラダーを元に戻して再帆走したが、大きく順位を落とした。続く第3レースでは疲労が残り、スタート直後にタイラーを待つ手が緩み、ブローが入った瞬間にタッキングしてスタガー艇に接触。2回転のパナルティターンを実行し、再び順位を落とす結果となった。レース終了後、ルロから「あの風の中で2回転ターンをしたのは立派」と、妙な褒められかたをした。

最終日は風速7m/s。この風域では体重差が大きなハンディキャップとなり、これまで負けたことのない相手に次々と抜かれ、順位安定を享受する割目となった。

印象と収穫

トロピカルな北東貿易風帯で実施されたクリニックとミッドウインターは、初めて早くして印象に残ることが多い。

まずなんといっても、前年度のワールド準優勝のニックの走りには圧巻だった。8レース終了時点ですべてトップ。9レース日は棄権したが、練習中の彼の走りは、互換代表クラスを含むほかのセーラーと比べ、違うギアで走っているのではないかと思うほど。スピードの差が顕著とされていた。また、プリーフィングとデブリーフィングのQ&Aでは、時折ルロがニックの意見を求めるので、トップレベルの会話を直接耳にすることができた。

もう一つ、LTCはトップセーラーだけを対象にしているのではなく、リゾートを兼ね備えており、セーリングの好きなカップル、筆者のようなシルバーセーラーなども対象としていることがよく分かった。もっとも、同じシルバーセーラーでも、マスターズの国際大会で常に上位に名を連ねるピーター・サイデンベルグ(74歳)は、特別な存在。2004年にこのレガッタが行われるようになって以来、8年連続で参加している。筆者は、アジアパシフィック選手権以来の再会となった。

そのピーターが参加したラジアルクラスで優勝したメラ(22歳)は、サントドミンゴ



心地良い風を望みながら、カリニクでセーリングする筆者

の大学生で、サンフィッシュクラス(30年以上の歴史を持ち、30万隻が建造されている)の世界チャンピオンになったこともある。2位のブリビーンもサンフィッシュの欧州女子チャンピオン。ピーターは彼らに続いて3位となった。帰国後は、ニューポートから車でマイアミに行き、2週間で三つの地方のマスターズに参加し、本シーズンに備えるとのこと。体力、気力ともに充実しており、身近に良い手本を見つけたのも収穫の一つだった。

ITCの開催点を聞いて争けると、あまりにも日本から遠いこと、それにマイナス13時間の時差に悩まされることだろう。北米沿岸部からは2~4時間で到着可能だが、日本からだとならぬように泊しなくてはならず、移動だけで往復4日間費やすことになる。また、個人差はあるが、筆者は時差の解消に7日間を要し、帰国後日常生活のペースを取り戻すのに7日間を要した。

なお、4日間の講習料が480USD(約41,000円)、レガッタの参加料が455USD(約39,000円)、これに13日間の宿泊費と食費、航空券代を含め、今回の費用はおおよそ40万円といったところだ。

成果はいかに？

ドミニカを去る直前、キロから日本でカリニクを開催したいという話があった

ので、具体的な提案があれば関係者と相談すると伝えて別れた。すると、5月1日から15日に6日間のカリニクを行う旨の提案書が送られてきた。日本レーザークラス協会の大谷たかをさんら関係者と相談したが、5月実施には準備期間が短すぎるとの結論に至った。

キロには時期尚早と返事をしたが、間もなく震災が発生し、それどころではなくなった。震災直後に、アリアルロからお見舞いや激励のメールが届いていることもここに報告したい。

筆者は、帰国して間もなく三重県津で開催されたミッドウインターに参加したが、若ぶくれた状態で強風下のボートハンドリングが不適切で、沈の連続。何一つ練習の成果を発揮できぬままレガッタが終わった。

今回の遠征を総括すると、「当初のくろみだったスキルアップとはほど遠く、冷たい日本の海を離れ、カリブ海に浮かぶ一島のリゾートビーチで、レーザーセーリングを楽しんだ」ということに尽きる。筆者自身のセーリングも、当初3年間でピークに持って行く予定であったが、たいした向ともないまま2年が経過した。現在は修正5年計画へと移行しつつあるところである。

●問い合わせ

Laser Training Center, Cabarete
<http://www.cantbird.com>

RACE INFORMATION

第18回天竺祭奉納ヨットレース

- 日時:7月17日(日)
- 場所:西宮一文字物産博覧場
- 参加資格:身長170以上のフルーザーボート、船種検査済み、船主が常連者(加入し、レースの開催要項に同意する者)
- クラス:オープンA、オープンB、クルーザークラス、ダブルハンドクラス
- 参加料:10,000円、乗員登録料1人3,000円(メンバー費含む)
- 申し込み締め切り:7月11日(月)
- 問い合わせ先:天竺祭奉納ヨットレース実行委員会(〒650-0001 西宮市)
- FAX: 06-4578-7798
- E-mail: tenjufestival@nyc.jp

第36回東京湾ヨットレース

- 日時:10月20日(日)
- 場所:東京都立船越ヨットクラブ
- クラス:ディンギークラス(オープンクラス)、OP(オブジェクトディンギー)クラス
- 参加資格:JSAF会員であること
- 参加料:定額(定額)にて会員登録料可
- 参加料:ディンギークラス5,000円、OPクラス3,000円
- 申し込み締め切り:OPクラスはチャーター船あり(要事前申し込み)
- 詳細は下記ホームページに掲載
- 問い合わせ先:東京湾ヨット連盟

E-mail: jr2011@numem.com
<http://www.tsal.com>

第33回横浜ヨットレース

- 日時:10月28日(土)~29日(日)
- 場所:16時(五反田横浜山手)
- クラス:クラス1、クラス2
- 参加料:18,000円
- 申し込み締め切り:10月21日(土)
- 28日に10時(五反田横浜山手)でレセプションパーティー(大人3,000円、未成年1,500円、29日に10時(ここから上り口付近)でアフターパーティー(1,000円)あり)
- 問い合わせ先:横浜ヨット連盟 岸本謙吾/江津子
- TEL & FAX: 084-951-1570
- E-mail: tackduke@gmail.com
- <http://hailing.eblog.jp/>

選手レガッタ2011

- 日時:10月17日(土)インディアアレース(最大3レース)、18日(日)ショットオフシアレース、19日(月)インディアアレース(最大2レース)
- 場所:選手マリア
- クラス:RCクラス、フレンドシップクラス(参加費500円以上の場合に設置)
- 申込締め切り:10月15日(水)まで(選手マリアネットクラブのホームページ<http://www.2myc.org/>に掲載)
- 参加料:300円以上80,000円、300未満50,000円
- 申し込み方法:ホームページから電子エントリー
- 申し込み期間:10月15日(水)~10月14日(日)
- 問い合わせ先:選手マリア実行委員会(〒100-0001 東京都千代田区)
- E-mail: regatta@2myc.org
- <http://2mycnet.jp/>