## 02.11.16 指導員研修会理論　　「スキー技術について」

技術選の滑りをベースに技術を解説しますが、あくまでカービングスキーに限ったことで
実際、指導の現場では生徒の技術に合わせレッスン内容を組み立てることが重要になります。
今回は技術に限らず現在のスキー界の状況をお話ししていきます。

### １　技術選におけるテクニックと神奈川県選手の現状

スキーのショート化が進み、種目によって男女にかかわらず１５０センチのスキーも使用されている。
その結果板の前方への抜けを押さえるため通常よりポジションを前よりにしている。
ただ、ポジションを固定してしまうとスキーの走りが殺され後半のズレにつながる選手も見受けられた。
ブーツの中で微妙に体重移動を行っているが、極端に運動するとスキーが暴れる。
ショートカービングという種目が採用されたがランディングバーンでも緩・中斜面と同じテクニックで
滑ろうとする選手もいたが、失敗の確立が高かった。
優勝した宮下選手のように状況に応じたテクニックの選択が必要である。
現在の技術選はカービングターン＝高い評価の風潮があるが、これからは評価の基準が変わるのではないか
変わっていってほしいというのが本音でもある。
われわれ指導者に置き換えた場合、果たしてカービングだけでスキー場の上からふもとまで
滑り降りられるか疑問である。体力・筋力的な問題（女性・中高年には自ずと限界がある）やスキー場の
環境などいろいろマイナス要因もあげられる。
＊カービングに必要な筋力やトレーニングで鍛える場所などは竹腰専門員が解説してくれます。

神奈川県選手の成績は、ここ数年準決勝へ進む選手が数人という厳しい状況だ。
滑り自体、決して悪くはないが失敗を恐れ本番では小さくまとまってしまっているのが残念だ。
予選での代表選手はのんでかかっているのだが・・・・・・
雪なし県（こんな言葉は使いたくないが）の戦い方としては最初の種目からフルアタックするくらいの
気持ちをもたなければ点数も平凡なものに終わってしまうと思う。

強化委員会は大会まで北海道行事も含め４回の合宿を行っている。
実際代表が参加するのは、２月と直前の合宿で少ないような気がする。
これからは年間を通して強化していきたい。（月山などオフの雪上も）
チームとしては向上心・活気があり、他県連も「神奈川さんは雰囲気いいですね」と言ってくれる。
県連会員のかたも３月の技術選を見に来て、ぜひ県選手を応援してほしい。
現場で生で見たほうがスピード感や斜度・雪質・エッジングの音などがわかり、とても参考になる。

### ２　スノースポーツの多様化

われわれ指導者はスキーというものを基礎であったり競技であったりと一つの枠の中に入れて
考えようとしすぎている。
今の若い人たちは組織に所属することなく自由な発想で雪にアプローチしている。
（バックカントリースキーヤーがスキー雑誌の表紙を飾る時代）
スノーボードはもちろんのことテレマーク・スノーシュー・歩くスキー・パウダー等。
ゲレンデがテーマパーク化し、管理されないスキーヤーが増えつつある。
バックカントリーは当然リスクが付いて回るが、雪崩対策などの講習会も行われ
近年はルールも確立している。

### ３　これからの指導者は

技術指向に偏るため本来スキーの持つ楽しみが失われているのではないだろうか？
スキーの楽しみとは何でしょう？もう一度始めたときの原点に戻ってみては？
頂上から麓まで滑る達成感、難しい斜面を克服した達成感、晴れた日の景色、仲間と
飲む夜のひとときなど数限りなくあると思います。
このようなことを指導者が生徒に伝えていけばいいのでは？

まだ、上意下達的なクラブもあると聞きます。SAJがその風潮を推し進めた部分が
あるとは思いますが、そろそろ考えてもいい時期だと思います。
実際会員離れが言われる昨今、努力しないクラブは消滅していくと思います。
かなり過激な発言かもしれませんが、経営努力をしないスキー場が閉鎖になるように
皆さんのクラブも・・・・・・・・・・・・
今までこうだったからというのはもう通用しないと思います。
指導者個人がしっかり情報を収集し、あらゆるスキーヤーに対し柔軟に対応する時代が
来ているのかもしれません。

?