

2019 Japan National Team Report "選手"



報告者	クラブ 江の島ヨットクラブジュニア 学年 中学1年 氏名 東直 すす		
大会名	IODA オプティミスト級 ヨーロッパ 選手権 2019		
開催地	フランス Crozon - Morgat		
大会期間	2019年6月22日(土) ~ 6月29日(土)		
セールNo	JPN 3378	最終順位	シルバー 3位

- 帰国後1ヶ月以内に、チームでまとめた上、海外派遣担当までメールにて送付して下さい
- JODA理事会にて確認の後、ホームページに公開します
- 記入時の注意点
 1. このレポートは今後海外派遣レースに参加する選手、役員また日本のジュニアのための資料です
 2. なるべく詳細に記入して下さい
 3. 大会本部や運営、他国や他国選手また特定の個人を批判するような記述はしないで下さい
- 写真資料について
 1. このレポートを補足する資料として必要な場合は、文中に貼り付けて下さい
 2. 他国のOP艇を接近して撮影することを禁止します

気温、水温、ウエアについて	毎日25度くらいで、上下ともウェットスーツを着ていました。
海面(湖面)の特徴や風の傾向	波は江の島と似ていて、風は毎日違った風向、風速でした。潮はあまり強くありませんでした。
セッティングで注意したこと	陸上でセッティングの時間が沢山あったので、毎日がラミを調節していました。
セーリングで注意したこと	自分の得意な風は、いつもどおり走って、苦手な風は、体格が似ている子を観察してまねて走ってみました。
海上で練習したこと	その海面の波と体の動かし方を合わせて走る練習を四人で並んで練習しました。

実際のスベリはどうでしたか？	微風では、スピードも角度も負ける気はしませんでした。しかし、中風～強風になると挽回が難しかったです。
スタートは、どうでしたか？	すくらはすく良くはないですが、一線目から出れました。しかし、出おくれたり、沈めたりと失敗する方が多かったです。
コース戦略はどうでしたか？	自分が行きたい海面に必ず行くこと、流れに合わせて走ること、フローを見ることを心がけて走りました。
自分より上位の選手との違いは？	待ち時間など、自由な時間からレースへの切り替えがとてもはやかったです。
国内の練習で役立ったこと	スピード、角度を数人で競るスベリの練習や、1レース1レース海面をみて練習したコース練習。
国内の練習で足りなかったこと	スタート練習 体力づくり ルール勉強
印象に残った外国選手は？	ITA 9102 Lisa Vucetti (ゴールド2位) 自分と同じくらいの背格好なのに、中風がとてもはげでびっくりしました。
行く前と、行ってからで違ったことはありましたか。	上に書いた選手のおねをして、自分の苦手な中風～強風を走ってみる練習をしていたら、たんとんと、得意な風になってきました。
今後の課題と目標は？	今近くの目標は全日本優勝ですが、今年は、ワールドを目指してがんばって、きたいです。
JODAへの要望	NT合宿がもっと長いと、より多くの学びができると思うので、期間を長くして頂きたいです。
その他	支援して下さった方々、ありがとうございました。

ご協力ありがとうございました

JODA 海外派遣委員会