

2019Japan National Team Report "選手"



J.O.D.A.
JAPAN OPTIMIST
DINGHY ASSOCIATION

報告者	クラブ B&G兵庫ジュニア海洋クラブ 学年 8 氏名 藤原 優咲		
大会名	アジア・オセアニア選手権		
開催地	オマーン・ムッサナー		
大会期間	2019.09.30-10.07		
セールNo	JPN3375	最終順位	84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に、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	気温: 平均35度以上 水温: とてもぬるい 湿度: 非常に高い ウエア: 屋外: 真夏に日本で出艇する時と同じ(水着・ラッシュガード) 屋内: ホテル長袖機内とても寒かったので厚めの上着(コンパクトダウン)
海面(湖面)の特徴や風の傾向	常に日本より波が高く、潮の強弱があり、時間の経過とともに風が上がっていき ました。 風はほとんど一定でしたが、風の振れがあり、振れたかと思うと、短い時間で風 軸まで振り戻すことの繰り返しの日もありました。
セッティングで注意 したこと	普段通りと同じセッティングを心がけていました。
セーリングで注意し たこと	波にあおられないようにすること。
海上で練習したこと	レスキュー艇のシェアをしたマレーシアの選手とスピード練習をしました。

実際のスベリはどうでしたか？	思う様にスピードに乗れず、スベれたレースと全くスベれなかったレースがあり、大きく順位に影響してしまいました。
スタートは、どうでしたか？	スタート2分30秒前には列ができていて、日本のレースのように後ろから入り込むことはできなかった。20秒前でもタックしてきた他の選手を自分の下に入れてしまって、スタートに不利な状況を自ら作ってしまいました。 最前列でスタートできると、やっぱり展開がぜんぜん違うことを再認識しました。
コース戦略はどうでしたか？	フレッシュウィンドーを掴むことを優先し、マークを目指しました。
自分より上位の選手との違いは？	スタート！！！！ ランニングのボートスピード
国内の練習で役立ったこと	波が高い海面だったので、パンピングの練習が役に立ちました。
国内の練習で足りなかったこと	・たくさんの艇数でのスタート練習 ・自分より上手な選手との練習
印象に残った外国選手は？	USA22425 Aston SMITH (silver 1位) ランニングのスピードが速かった
行く前と、行ってからで違ったことはありましたか？	行きは皆と過ごせる事がとても楽しみでしたが、帰りはみんなと別れる事が、こんなにも寂しくなるとは思っていませんでした。自分が思っている以上にチームのみんなに支えてもらっていたことに帰国して気づきました。
今後の課題と目標は？	・出艇前のセッティングに再度注意し、コーチに確認を忘れずにしてもらい、自分でもしっかり確認してすること。 ・スタート練習 ・2上のコース戦略 ・英語の猛勉強 目標:2020ワールドチームに入ること
JODAへの要望	・いろんなコーチの指導をうけてみたいです。
その他	・たくさんのサポート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