

# ユニバーシアド 2014 を終えて

東京工業大学 3 年 戸上直哉

## はじめに

ユニバーの存在を知ったのはオリエンテーリングを初めてから 2 年目に突入した夏だったと記憶しています。ただ、その頃はまだ自分がユニバー2014 に出るとは夢にも思ってもいませんでした。

オリエンテーリングを始めた当時から、海外でオリエンテーリングをしたいという想いは強く持っており、夢であり、目標でしたが、叶えるには少なくとも 4,5 年必要だと考えていました。

オリエンテーリングには世界選手権だけでなく世界大学選手権もあるということを知り、夢の実現を少し早められるとは思いましたが、ユニバーは 2 年に 1 回しかなく、日本の学生の中のトップ層にさえ入れてない自分が選手になること自体、かなり困難なものだと感じていました。

しかし、たとえ低確率だとしても 0 ではないはずだし、今後の経験にもなるので出ておこうと考えてセレクションに申し込みました。

結果として、ユニバーに出場する権利をつかめました。当時は、正直言って、セレクションのレース結果で出場できると思っていなかったのも、喜びもありましたが驚きの方が大きかったです。

## 準備期間

せっかく出場できるのだから、ユニバーで全力を出し切るためにできることをしようと考えて、本戦まで準備をしてきました。

全てに参加することはできませんでしたが、JOA などの合宿には頻繁に参加するようにはしました。

代表に選考されるまでは JOA 合宿に参加したことがなかったので、敷居が高く感じました。しかしながら、実際に参加してみると、メニューが豊富で強度もあり、質が高いながらも自分に合っていたので技術を磨くことができました。

オリエンテーリングの勘を鈍らせないためにも、こういった合宿に加えて、大会や練習会にも当然ながら参加していました。

平日はランニングをしていました。たくさん走っていたわけではありませんでしたが、月間走行距離は 200km は維持できるようにしました。

## トレキャン・モデルイベント

チェコのオロモウツに着いてからは毎日、午前か午後にトレーニングしていました。この時期は技術を向上するというよりかは、本戦に向けて調子を合わせたり、怪我をしないようにしたりを意識していました。

トレキャン・モデルイベント中は、ミドル、ロング、スプリントはもちろん練習できて、加えて、スプリントミックスリレーのテストレースに参加できるなど、質・量ともに申し分のないものでした。開催地によって内容が左右されるらしいということを聞いており、心配していたのですが、杞憂に終わりました。

トレキャン・モデルイベントへの参加・不参加は自分の意思で決めることができ、本戦で自分が参加しない種目の日はレストにしている人もいましたが、自分はすべてのトレーニングに参加しました。体に疲れを蓄積させてしまうので、このことが必ずしも良いこととは言えませんでした。今後、海外でオリエンテーリングができるとは限らないので機会を無駄にしたくなかったのと、毎日オリエンテーリングできることにわくわくしていたので、気持ち的には全く疲れませんでした。むしろ、オリエンテーリング・食事・睡眠が十分に供給される生活は、幸せ以外の何物でもありませんでした。

## 大会結果

### ロング

**距離 12.4km UP 680m**

**タイム 129'37(80位)**

**トップタイム 79'14**

ロングは、今回のユニバーで一番結果を残したい種目でした。ミドルには出られなかったのですが、フォレストの個人競技で自分が出られるのがロングだけだったからです。

トレイン概況ですが、基本的にA藪で走りやすく、傾斜はきつく、尾根や沢は大きいものが多かったです。道も発達しており、使いやすかったです。他のトレインよりも比較的日本のトレインに近く、対応はしやすかったと思われまます。

コースについてですが、ロングレグは序盤、中盤、終盤の3か所にあり、どれも如何にアップを抑えるかがカギだったと思われまます。ただ、避けようがないアップも大きかったのがとても大変でどのロングレグも15分を超えてしまいました。そもそも、一番大事なル

ート選択の時点でベストだと思われる選択ができていなかったのも、自分の未熟さを思い知らされました。

難易度の高いレッグはそんなになかったものの、海外選手の圧倒的な走力を前に太刀打ちができず、どんどんと差がつけられてしまいました。しかし、松下さんや細川さんは海外勢と互角に戦っていたため、海外が強すぎるというのは言い訳になりません。単に自分が甘えていただけだったことに気づきました。

海外選手の走りを見ることができただけでなく、体格差があろうが戦えるということがわかったのが大きな収穫でした。

## スプリント

**距離 2.5km UP 122m**

**タイム 19'18(84位)**

**トップタイム 14'13**

動物園内でオリエンテーリングができるなんて思ってもいませんでした。動物を眺める余裕はなかったのですが、たくさんの入園客が園内をうろうろしている中を走り抜けるのは一生味わえないような快感でした。ミスもちょこちょこ見られ、レース内容には満足はいきませんでした。

これぞ本場のスプリントなのか、と感心するコースで、競技中にはベストルートを見つけ出せないようなほどで、相当なテクニックを必要とされるものでした。また、スプリントにしてはアップが多く、しかも、後半にアップが集中していたので、体力と集中力も試されました。このコースの中で、最もレースを左右したであろうレッグは、最短距離を取るか、アップを削るかの選択を迫るものでした。25mほどのアップの差が出てしまうため、アップを削る方が速いと思われるのですが、前のコントロールからの脱出時にルートが読めてないと、コントロール通過後すぐに下ってしまい、後者のルートを選ぶメリットが薄れてしまい、前者のルートを選択せざるを得ないというものでした。

自分は、日本の中ではスプリントのルート選択が瞬時にできる方で走力の問題があると思っていましたが、瞬発力もまだまだ足りなかったことを自覚しました。コースに見合ったような走りができるような走力を付けることに加え、瞬時のルート選択の正確性も上げていきたいと思えます。

瞬時のルート選択の正確性をあげるにはやはり、平日頃からスプリントの練習をすることが、実戦を経験できるので、一番効率がいいと思います。

日本でこれほどクオリティの高いスプリントコースが出るには年月がかかりそうですが、いつか日本でも今回のようなコースが当たり前に組まれる日が来てほしいとも思いました。

## リレー

**距離 6.8km UP 105m**

**区間タイム(3 走) 49'08(35 位)**

**合計タイム 136'07(35 位)**

**トップタイム 93'30**

今回のユニバーで一番悔しい思いをしたのが、このリレーでした。第二チームのアンカーを任されていたのですが、中国と数秒差のチェンジオーバーだったにもかかわらず、最終的に中国のアンカーに一秒差で負けてしまったからです。しかも、レース中に何度か抜かしたものの、そのたびにツボってしまい、追い抜かれるということを何度か繰り返すという非常に低レベルな内容だったために、悔しさはとても大きいものでした。

リレーで使われたトレインはミドルトレインと隣接しており、一部かぶっていました。特徴としては、平らで大半が A 藪で非常に走りやすい、水系が発達していて湿地が所々にある、という点が挙げられます。自分が今まで持っていた海外トレインへのイメージがまさにそれでした。こういうトレインで走ってみたかったので、その夢が叶ったことはよかったのですが、レース内容は反省点が多かったです。

そもそも、リレーのアンカーはミスを抑えてしっかり帰ってくるのが最低条件なのに、前との差がそんなになかったために、スピード出して抜かして、そのまま差を広げようという無茶なことをしようとしたのがよくなかったです。スピードが出しやすかったので、いつのまにか自分の地図読み速度が追いつかないスピードで走っており、その結果ミスをするという仕様もないものでした。

前との差がそこまでなくとも、焦らずに徐々に差を詰めていける堂々とした精神力を付けることの重要性が身に染みました。

## 大会を終えて

大会全般を通して、トレインやコースで気になったことがいくつかありました。

フォレストのトレインでのことですが、広葉樹林の中に針葉樹が一本だけ生えている、もしくは、逆の場合、その一本の木が独立樹として表記されているため、見つけるのに苦労しました。日本のトレインではレジャーセンターでしかこの表記が見られませんでした。

コースはコントロール位置に偏りは無いものの、尾根や沢に置かれていることが非常に少なく、代わりに、水系の終わりや交点、藪や植生界に置かれることが比較的多いのが日本とは異なる点でした。

トレキャン、モデルイベント、本戦を通して、非常に長い期間の海外遠征でしたが、苦難はなかったとは言えないものの、楽しいことばかりでした。オリエンテーリング漬けだからこそ、普段以上にオリエンテーリングのことを考えさせられました。やはり、海外遠征をすることによって視野が広がる、というのは本当のことで、日本との違いを知って、オリエンテーリングをより好きになったり、もっと速くなりたいと思ったりしました。出費は尋常でないですが、海外遠征で得られることは大きく、行って損したなんてことは微塵にも思いませんでした。

今回、初めての海外遠征、初めてのユニバーでしたが、自分にはオリエンテーリングで良い結果を残すために必要なものが全く身につけていないということに改めて実感しました。日本内どころか日本の学生の中でさえ、しっかりと結果を残せていないのに海外で残せるとは微塵にも思っていませんでしたが、ユニバーに出場している選手(日本チームの他のメンバーも含む)と自分との力の差が歴然としていることを実際に目にしました。ただ、今回の結果に悔しがろうとも、今後の挑戦をあきらめるなんてことはあり得ません。オリエンテーリングを始めたきっかけは、高校の頃にやっていた登山を多少なりとも活かせるようなスポーツを趣味にしたいというささいなことでしたが、どうせやるのなら遥かなる高みを目指した方が圧倒的に楽しいという気持ちが、今回のユニバーを通しても消えることはなかったので、今後も精進を続けていきたいと思います。

二年後にハンガリーで行われるユニバーに参加したいという気持ちもとても強くなりました。ユニバーに出場する権利を獲得するのはもちろん、出場できること自体に満足せずに、今回の借りをしっかり返せるように努力します。今回のユニバーで先輩方が残した結果を超えることを最低限の目標とします。

## 最後に

僕がユニバーに出場することができたのは、たくさんの人からの支えがあったからです。

出場許可をくれた両親、応援してくれたみなさん、応援だけでなく資金面の援助までしていただいた OB さん、祖父母、ユニバーまでの合宿を運営していただいた方々、ユニバーに同行していただいたコーチの大西さん、ボブさんにはいくら感謝してもきれないです。本当にありがとうございました。