

国民スポーツ大会等に向けた公益財団法人福島県スポーツ協会 令和5年度競技別強化合宿事業
(クロスカントリースキー競技)
【福島県スキー連盟クロスカントリー部 冬季国体強化支援事業 (クロスカントリー部第1次強化合宿)】

開催期間：2023年9月16日(土)～18日(月)

開催場所：長野県木島平村木島平クロスカントリー競技場

開催目的：国民スポーツ大会において優秀な成績を収めるため、出場候補選手を対象に計画的に強化合宿を実施し、これらの育成・強化を図る。

参加選手：五十嵐永遠、六角奏虹、笠間菜瑠

コーチ：馬場亮太、波多野寛大

実施概要： 9月16日(土)～18日(月)にかけて長野県木島平村木島平クロスカントリーコースにおいて冬季国体強化支援事業として強化合宿を行い、中学男子1名、中学女子2名が参加した。一般部門では、FISポイントレースであり、強豪選手の集う木島平サマーノルディック大会に参加し、ローラースキー・ノルディックマラソンのレースの中でトレーニングの成果を試した。ローラースキーの2レースでは、前回の合宿やレースの反省を踏まえて技術改善に取り組んできたものを発揮することのできた選手もいた。しかし、スキーをはいた状態でリズムよく動くことやピッチを上げて動くことにはまだまだ適応できていない様子も見られた。特にフリー走法、クラシカル走法ともに片足に全荷重をかけるテクニックに課題を感じた。スキーの上でのバランス感覚をより磨いていく必要がある。

最終日に行われたノルディックマラソンでは、中学女子の部で笠間菜瑠選手が5位入賞した。ローラースキー大会で優勝している選手を抑えての結果であり、クロスカントリースキーで重要な全身持久力に関しては全国トップクラスの選手と同等の力を持っていることを確認することができた。

雪上練習の開始まで残り3カ月を切ってきたが、選手の基礎体力の面ではかなりの手ごたえを感じている。テクニックの中では、ダブルポール技術の改善を感じ取ることができた。今後、シーズンまでに他のテクニックについても技術改善を目指し働きかけていきたい。



