

東京都競技力向上事業<ジュニア選手・育成強化事業> 2023 TMTU ジュニア国内大会遠征支援事業 実施報告書

掲題に関しまして、下記の通り実施したことを報告いたします。

記

1 遠征支援大会名

第25回U19日本ジュニアトライアスロン選手権(2023/長良川)
(JOCジュニアオリンピックカップ)

2 主 催 東京都・公益財団法人東京都体育協会・(一社)東京都トライアスロン連合

3 遠征期間 2023年7月22日(土)~23日(日)1泊2日

(1)大会開催地 岐阜県長良川サービスセンター周辺特設会場

(2)選手団合宿所

合宿所名 : ホテルルートイン岐阜羽島

所在地 : 〒501-6255 岐阜県羽島市福寿町浅平 1-71

4 参加者

名前	強化指定	大会に向けての意気込み(大会前に記入)
小山 森主	B指定	去年はラップになってしまったので上位で完走できるように頑張ります。
山下龍	B指定	私はU19トライアスロン選手権に参加して、悲願の8位に入りたいです。またこれまで一緒に練習してきたTMTUのライバル達に勝てるように頑張りたいと思います。
原 維吹樹	B指定	頑張ります。
大島 拓人	A指定	ジュニアのアジア戦・世界戦を終えて得た経験を活かして高校生最後のレースをいい形で締めくりたいです。レースでは積極的にスイム・バイクを展開し世界を見据えた見どころ満載インパクトのある楽しいレースをします。よろしくお願いします。
高橋 実結	B指定	去年の高校生選手権で10位という結果で、あと少しのところで表彰台をのがしてしまったので、今回のU-19で少しでも上の順位でゴールする。スイムでは上位で上がりバイクで第一集団に入れるようにする。ランはとにかく粘り、自分が持っている最大限の力を出しきる。そして、日々応援してくれる方や支えてくれている方々に感謝の気持ちを忘れず、結果で恩返しできるようにする。

加藤龍之介	B指定	今大会まだ出場できるかわからない状態だが、出場できる場合は、絶対に上位8位に食い込みたい。
本木蔵人	B指定	今回の大会で3位以内を目指しているののでそのために一生懸命頑張りたいと思います。
油井牧志	B指定	初めてU19に出場できるのでもっと実力をあげて全力で頑張りたいと思います

5 スタッフ：杉本 宏樹（博慈会トライアスロンクラブコーチ／JSPO トライアスロンコーチ1）
堀越 和彦（東京都トライアスロン連合／JSPO トライアスロンコーチ1）

6 大会概要・レポート（堀越）：

昨年同様 U23 と同時スタートで開催が決定。最大人数 70 名のうち高校生は 30 名程度。U19 参加基準は 20 級以内で変更なし。昨年のように 22 級の選手が繰り上がることもなかった。参加した女子 1 名、男子 7 名は TMTU 指定基準で B 指定であり、C 指定では今後も参加できない可能性が高い。数年前までであった長良川での試泳は実施されず、炎天下であったためバイク・ラン試走は 1 時間半程度で終えた。その後プールでのスイムに行く途中本木が落車。出発前にもう少し気を付けるように念を押すべきであったと悔やんでいる。レーススタート時間は例年よりかなり早く、女子 7:00、男子 7:50 であり、前日早く夕食を終え、就寝させることも重要であり、実施できた。暑熱対策のため氷を手を持つための工夫もやってみた。U23 選手でも暑くてバテている選手がいたので、かなり効果があったと感じる。

7 レースレポート（杉本）

[女子 U-19] 出場者は高橋の 1 名。

U23 スプリントと U19 の同一レースであることから、スタートは 38 名での一斉スタートとなった。高橋は 22 番目にコールされて丁度真ん中辺りを選択したが、コールされた時点で沖側は比較的空いており、スイムを得意とする高橋には泳ぐ距離がやや長くなったとしても、スムーズに泳ぐことができる端に近い位置を指示するべきだったと悔やんだ。予想通り、スタート直後のバトルに飲まれてしまいスイムで大きく出遅れる展開となった。バイクは形成した集団内で余裕を持って走っていたが、ペースが上がらず後続集団に追いつかれてしまい、第 3 集団でランへと移った。ランではそれまでの消耗からかペースを落としてしまい、目標とするトップ 10 から大きく遅れてしまったが、最後まで力を出し切り 17 位でのフィニッシュとなった。

[男子 U-19] 出場者は大島、山下、油井、原、本木、加藤、小山の 7 名。

女子同様 U23 スプリントと U19 の同一レースで、70 名での一斉スタート。スタート直後から揉みくちゃになり、泳力の高い大島でも第 3 集団となり、その後は山下、原、油井、本木、加藤、小山の順でスイムを終えた。バイクは脚の揃った 6 名が先頭集団を形成、TMTU ジュニア OB の福島と大室はこの集団で展開していく。大島は第 2 集団となるが、あまり積極的な動きでなく、後手に回ったレース展開にやや混乱しているように見えた。山下は第 3 集団、原と油井は第 4 集団となったが大学生と混じっても怯むことなく集団前方を走る姿から成長を感じた。本木は前日の落車の影響は少なくなかったと思う

が、バイクは単騎で前方を追う。結果的には後続に追いつかれて第5集団となったが、素晴らしい走りを披露してくれた。小山は終始単独であったが、自分なりのペースを刻み、ギリギリで周回遅れを回避してランへ移ることができた。

ランに移ってそれぞれ健闘したが、勝負に絡める16分台で走ったのは大島のみで、それでもトップとは30秒以上の差があった。各種目の力不足はもちろんだが、その中でもスイムの遅れが大きくレース展開に影響したと感じる。小山を除く6名は高校3年生のため、来年以降はさらに厳しいレースが予想されるが、担当コーチとして改善策を講じたい。

全体レポート(杉本)

今回のU19選手権は3年ぶりの長良川開催となった。昨年とは違い、コロナ禍以前とほぼ変わらないスケジュールとなり、本来の形を取り戻した会場は熱気で溢れていた。

レースは昨年同様、U23スプリント選手権が併催となったため、展開が速く、高校生には厳しいレースであった。そこへさらに暑さも加わったため、体力だけでなく準備力やマネジメント力といった、アスリートとしての総力が問われるU19選手権であったと思う。今回は入賞者1名という結果であったが、高校生選手権では挽回できるよう、今回の結果を踏まえて更なる奮起に期待したい。

男子レポートにも記載した通り、8名中7名が高校3年生であり、継続的な選手育成方法に関しては再考しなければいけない。具体的な方法については、強化委員会内で議論していきたい。

8 大会の様子





9 大会結果

U19 選手権女子 : https://www.jtu.or.jp/result/?event_id=206&program_id=206_1

U19 選手権男子 : https://www.jtu.or.jp/result/?event_id=206&program_id=206_2

10 行程表

油井牧志	緊張した大会で大きなミスなく自分の能力を出せたこと	スイムでは周りに飲まれてしまったこと	スイム周りに飲まれない、ランのタイムで17分30秒をきる	スイムでは自分の泳ぎに自信をつける、バイクでは技術練習を増やす、ランでは距離を長くスピード練習を増やす	2日間ありがとうございました
	2周目のランでペースを上げられたこと。	スイムの位置取りとペース配分(集団のごたごたから上手く抜けられるようにしたい。)	高校生選手権3位以内	スイム→長めの距離を速いペースで泳いでも耐えられる体力作り。バイク→スイムと同じく持久力。ラン→バイクのあとでもペースを落とさない持久力と苦しい状況で更に頑張れるラストの爆発力をつけたい。	サポートありがとうございました！目標に向けて頑張ります！！
大島拓人	バイクでしっかり集団を引きつなげたことと最後まで諦めず走り続けられることです。	スイムで出遅れたこととドイツ帰国後暑い中練習しすぎてしまい疲労を溜め込んで試合に挑んでしまったことです。	5000m13分代	朝練と午後練と部活練での質の向上と週間距離90kmが目標を達成させるために必要だと考えています。	今回応援サポートありがとうございました。練習会などでもよろしくお願い致します。
高橋実結	しっかりと準備ができたこと。バイクで集団にしっかりとついていけたこと。バイク終了時に余裕があったこと。	逆にバイクで余裕があったにも関わらずランが思ったように走れなかったこと。バイクが声掛けをできず、第4集団に吸収されてしまったこと	高校生選手権で8位入賞	まず、練習の積み直し。そして基本に戻って基礎固めをしっかりと考えながらやり、無駄な時間を過ごさない。	
山下龍	スイムで遅れてしまったのをバイクで早く集団を作って前を追いかけることが出来た	スイムでのフィジカル不足で先頭集団から離されてしまった	高校生選手権6位	毎日のラン練(3km以上)とスイムで速いペースで750mを泳ぎ切る泳力をつける	TMTUのサポートのおかげで今の自分の実力を出し切ることが出来ました。ありがとうございました
小山森主	U19で完走できたこと。去年はバイクでラップになってしまったため、今回のレースは最後までやり切り全力でレー	朝、絶対に起きれると思って20時30分位に寝ました。そしたら朝、寝坊をしてしまい折角考えた朝のスケジュールが全て熟せませんで	U19で60位以内に入る。今回は完走できたが、順位は下の方であった。その為、	レースに出るために1週間前からレースプランを考える。どのような練習をすれば身体強化が出来るか実際にやってみる。スイムは1km以上泳ぐ。バイクはロングライドで60km以上、3本口	今回は今年目標を達成することが出来ました。これは皆さんのお陰です。本当にありがとうございました

	<p>スに出場するを目標としました。こういう点から完走できて良かったです。</p>	<p>した。後、皆さんにも迷惑を掛けてしまいました。申し訳ありませんでした。朝起きれることは油断せずに行動します。</p>	<p>上の順位でレースを完走したいです。</p>	<p>一ラ一30分を3セット、ランは5km以上走る。短距離ダッシュ5本以上を行う。</p>	<p>した。また、今後もトライアスロンで活躍できる選手として頑張ります。</p>
<p>本木蔵人</p>	<p>バイクで途中まで単独走で集団に追いつかれたけど切り替えてついていくことができたこと</p>	<p>前日の落車で膝を痛めてしまって全くスイムが泳げなかったので怪我には気をつけたい</p>	<p>高校生選手権で3位入賞すること</p>	<p>スイムをもっと特化する</p>	
<p>加藤龍之介</p>	<p>ランで後半粘れたこと</p>	<p>スイムから出遅れたこと。</p>	<p>高校生選手権で8位入賞</p>	<p>スイムの強化。心配機能の強化。</p>	

以 上