

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6回全国高等学校トライアスロン選手権 (2023/唐津)

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9月15日(金)~17日(日)2泊3日

(1) 大会開催地 佐賀県唐津市波戸・名護屋特設会場

(2) 選手団合宿所

合宿所名 : 波戸岬少年自然の家

所在地 : 〒847-0401 佐賀県唐津市鎮西町名護屋 5581-1

4 参加者

名前	指定種別	大会への意気込み 100字以上
高橋 実結	B 指定	前回の U19 で思うような結果が出ず、悔しい思いをしたので、高校生選手権では絶対表彰台入賞をします。まず、スイムでトップで上がり、バイクでも第一集団に入って、逃げ切り最後のランは持てる力は全て出し切りしたいと思います。そのためにこれからの1ヶ月間必死に練習をし、日常生活も競技に関わっていると思うので、当たり前のことを当たり前により、感謝を忘れず頑張ります。
高橋駿介	U15 12 級以内	トライアスロンをはじめてこのような大きな大会に出場するので緊張はしていますが日頃の練習の成果が十分に発揮し自分の得意のスイムでできる限り上位で上がりバイクランではしっかりと粘れるレースをしたいと思います。応援お願いします
本木蔵人	B 指定	U19 では前日に怪我をしてしまい、あまりいい結果を出すことができませんでした。今のところ自転車ではインターハイまで進むことができ結果もいい内容だったと思うのでこの調子で高校生選手権も3位以内を狙って頑張りたいと思います。
原 維吹樹	B 指定	高校生最後の大会なので全力で頑張ります。
濱田翔太	C 指定	初めての高校生選手権で緊張していますが、一年間ここを目標に練習していたので、その実力を発揮出来るように頑張ります！
小山 森主	B 指定	全体順位で上位を目指します。スイムは先頭集団に付いていく。この集団で1度も離されないように状況に応じてどこを泳げばスムーズに泳げるか考える。バイクはペースが同じ選手に離されないようにスピードやギアの使い方に注意して楽に速く走れるようにする。ランは自分の実力を発揮する。実力を通してランはトップタイムを目指します。3種目とも勝負に拘

り、何事にでも全力で取り組み、前を向き、心を燃やし、上位に入れるように頑張ります！

加藤龍之介 B 指定

高校生で最後の大会なので、悔いが残らないよう全力でやり切りたい。また、8位入賞をできるように頑張りたい。ここまで支えて来てくれた両親・指導者・jut スタッフ・チームに感謝して楽しむことを忘れずにレースを頑張りたい。

ザン愁真 C 指定

去年の高校生選手権では、バイクとランがあまり自分で納得できる結果ではありませんでした。特にランの時に足が重くなりました。スイムは自分の予測よりもいいタイムでした。またバイクからランへのトランジション時に、すべての道具を箱に入れなかったのですが、それを知らずにヘルメットだけ出したままにしまい、ペナルティを受けたので、今年は気を付けます。高校選手権に限らず、どの大会でもローカルルール等を普段からしっかり把握できるよう、習慣付けたいと思います。この選手権は距離が短いので、スイムから全力でいきます。9月でもおそらく暑くなると思うので、数日前から水分補給をしっかりして体調を整え、自分の持っている力を最大限に発揮できるように大会に挑みます。

油井牧志 B 指定

今回はスイムで大きく遅れてしまい良い結果を残すことができませんでした。そこからスイムを中心に練習したため今回は遅れずに行きいい記録を出して最後の高校生レースを終えたいと思います。

油井得人 C 指定

自分の力を全部出し切りたいです！
頑張ります！

山下龍 B 指定

高校生選手権では8位以内を目標に頑張ります。そのためにスイムを強化し、400mの自己ベストタイムを4分30秒になる様に頑張ります。自分が苦手としているランも5kmのタイムを17分台に乗せれるように頑張ります。

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/JSPPO トライアスロンコーチ1）

西 麻依子（東京都トライアスロン連合/JSPPO トライアスロンコーチ3）

堀越 和彦（東京都トライアスロン連合/JSPPO トライアスロンコーチ1）

6 大会概要・レポート（堀越）：

国体のプレ大会で高校生選手権を実施しようというJTUの方針が定着し、佐賀県波戸岬で開催。エリート大会も開催となり、一層プレ大会としての価値が上がってきていると感じた。この形式を取ると全国の高校生はその年によって開催地が近かったり遠かったりするが、インターハイも同様なので今後この形式が一層定着していくことを期待している。

募集人数は男女各40名で合計80名。募集人数を超える場合の選考基準はJTU記録会スイムランの合計タイム順で出場権利を付与。結果的には男子44名、女子22名の登録があったため、基準によるカットはなかった。事前に男子が40名を超える場合、男女で80名まで出場を認めると規定があった。

東京都は選手11名と大所帯となり、バイクの運搬などでかなり手間がかかった。JALからは荷物を載せられない可能性もあると何度も言われたことから、出発の2時間半前の集合とし万全を期した。預けられる重量は1人20kgが規定であるが復路便では7kgオーバーとなり追加料金を請求されそうになったが同じ便を使用する保護者が数名いたことから、その荷物と相殺してもらうことで事なきを得た。レンタカーも3台用意しなければならず、所帯が大きくなる時の対策は必要であると感じた。

大会前日の土曜日11時から試泳時間が決定されており、土曜当日の出発は困難と判断し、金曜日からの出発とした。学校を午前中参加させて午後集合とすることも考えたが、福岡空港から佐賀までの時

間も約2時間とかかり、少年自然の家でも対応が大変とのことで午前中の便で福岡に向かった。金曜日は唐津でも大雨警報が出るなど、東京から飛行機が午後は飛ばないという事態もあったため、結果的にはいい判断であった。

大会前日はバイク試走、ラン試走、試泳と順調にこなした。しかしながらその夜から雨が激しくなり、大会当日は5時10分に「高齢者等避難発令」が肥前・鎮西・呼子地域に発令され、その警報音で目覚めることになった。また土砂災害警戒区域として【警戒レベル3】高齢者等避難が発令され、競技コースでも激しい水流や浸水が確認された。安全確保が難しい状況となり、実施検討委員会で協議した結果、選手ならびに大会スタッフの安全を考慮し、大会中止が決定された。

これを受け、選手の受け止め方もいろいろあるはずで、その確認の意味でもミーティングを朝食後に行い、次へのステップにできるように配慮した。

7. 杉本コーチから

2022シーズンが終了した後、2023年のU19選手権と高校生選手権を最大目標に定めてチーム東京として取り組んできた。昨年の11月以降、6回の強化練習会と2回の強化合宿を実施。シーズンオフは現状把握から始め、技術や体力を身につけるトレーニングを中心に行った。シーズンが始まる4月以降は実戦形式のトレーニングを行い、選手たちは昨年よりもレベルアップした状態で目標レースを迎えられたのではないだろうか。

しかしながら今回の高校生選手権は中止となり、選手たちにとっては力を発揮する機会が失われてしまい非常に残念な形で終えることとなった。大会当日の朝、堀越委員長の提案でミーティングを開催し選手から自由に発言してもらったが、前向きな言葉が多く、競技力だけではない成長を感じた。

今回参加の高校3年生(6名)が練習会に参加し始めた頃、挨拶や返事もままならない状態であったが、学校生活やトライアスロンを通じて大きく成長し、チーム東京を引っ張ってくれる存在にまでなってくれたことを嬉しく思う。ただ、残る強化選手が少ないことから持続的な育成・強化も必要だと感じている。

西コーチから

大会自体は中止となってしまいましたが、今遠征を通して、成長している姿を見ることができたことはよかった。

昨年の高校生大会にも帯同したが、ほとんどの選手が1年間のメインレースとしているため、今大会にかける気持ちを強く感じた。生活面でも時間を守ることや挨拶など競技者としてだけでなく人間力が備わってきていると感じた。大会前日の競技説明会では率先して前列に座り、しっかり聞く姿勢が見られた。

大会中止が伝えられ、チームでミーティングを行った中で、1人ずつ今の感情などを発表してもらった。悔しい気持ちだけでなく、これからどうしたいか。という今後の目標も聞くことができ、前向きなミーティングとなった。

今後の大会などでさらなる活躍ができるようサポートしていきたい。

8 練習などの様子



9 行程表

旅行名		TMTUジュニア国内大会遠征支援事業(高校生選手権 佐賀県唐津)					
旅行期間		2023年9月15(金)～9月17日(日)2泊3日					
	月日	スケジュール	食事			内容	場所
			朝	昼	晩		
1 日 目	9 月 1 5 日 (金)	09:25 羽田空港第1ターミナル集合				バイク預けがあるので早めています。	
		手続き終了後、各自で昼食				チェックイン後各自で昼食を摂ること。	
		11:55 JAL317 福岡空港へ					
		13:45 福岡空港到着					
		14:15 レンタカーで佐賀へ移動開始					
		16:15 波戸岬少年自然の家到着	×	×	○		波戸岬少年自然の家
		バイク組立、下見バイク・ラン練習				T1/T2の違いを確認。経験不足あり。	
		17:40 入浴					
		18:30 夕食					
		19:00 夕食終了 ミーティング				予定の確認、その他	小研修室1
21:00 就寝				大部屋男子1、女子1			
					次の日の朝すぐ動ける準備しておく		
2 日 目	9 月 1 6 日 (土)	05:30 起床				この日の過ごし方はレース時間を指定した時間とする	
		06:00 ランコースジョギング				バイクで移動予定。	
		07:15 朝食					波戸岬少年自然の家
		08:20 宿舎出発					
		08:30 バイクスタートエリア到着					
		バイク試走コースで練習+ラン					
		09:30 バイク試走終了、宿舎に戻る				戻ってお風呂は使えない。外のシャワーのみ	
		10:40 スイムコースに向けて出発				トライスーツに着替えて移動。	
		11:00 スイム試泳開始				自然の家からスイム会場まで約2.5km。10分以内	
		11:45 スイム試泳終了(12:00まで)	○	○	○		
		12:20 昼食				昼食後少し休んでから受付に行く予定	波戸岬少年自然の家
						希望者にはもう一度レースシミュレーションを行う。	
		14:20 バイク・ヘルメット・ユニフォームチェック					
		15:00 開会式・競技説明会				T1/T2の違いを再確認。	少年自然の家体育館
		終了後、レース補給、朝食・昼食購入へ					
17:30 入浴							
18:30 夕食					波戸岬少年自然の家		
19:00 夕食終了 ミーティング					小研修室1		
21:00 就寝				男子3つ、女子1つ部屋			
					次の日の朝すぐ動ける準備しておく		
3 日 目	9 月 1 7 日 (日)	起床時間は各自設定					波戸岬少年自然の家
		各自購入した朝食を摂取る。					
		07:40 荷物移動				貴重品は車にあずかります。各自まとめて下さい。	
		07:45 宿舎出発				荷物はまとめて所定の棚に置く。	
		07:55 バイクスタート(T1出口)集合					
		08:00 バイク試走(男女合同)					
		08:30 バイク試走終了					
		08:20-10:00 ホイルステーション預託					
		09:00-10:00 T1/T2チェックイン女子				トランジションエリアセッティング時間注意	
		09:00-10:00 女子swim warm up				スイムアップをいつからするか注意	
		-10:15までに女子集合アンクルバンド配布					
		10:20-10:30 女子スタートセレモニー					
		10:30 女子スタート	○	○	○		
		10:30-11:30 男子T2チェックイン					
		10:45-11:30 男子T1チェックイン				トランジションエリアセッティング時間注意	
		10:45-11:30 男子swim warm up				スイムアップをいつからするか注意	
		-11:45までに男子集合アンクルバンド配布					
		11:50-12:00 男子スタートセレモニー					
		12:00 男子スタート					
		13:20 表彰式					
終わり次第レンタカーで福岡空港へ				宿舎に戻り外シャワー可能。			
16:30 福岡空港到着							
19:00 JAL328で羽田空港へ							
20:40 羽田空港到着							
21:00 荷物受け取り後解散							
備考							
【監督・コーチ(3名)】 杉本宏樹、堀越和彦、西麻依子							
【参加選手(11名)】原維吹樹、山下龍、油井牧志、本木蔵人、加藤龍之介、小山森生、高橋実結、高橋駿介、ザン愁真、油井得人、濱田翔太							

10 選手大会レポート・感想（到着順） 選手に伝えた振り返るポイント

1. 今回の大会を終え、自分の気持ちを整理しつつ、感じたことを自由に書いてください。
2. 今後の目標
3. その目標に向けて 実行しようと考えていること

名前	性別	学年	指定種別	今回の大会を終え、自分の気持ちを整理しつつ、感じたことを自由に書いてください。	今後の目標	その目標に向けて 実行しようと考えていること
本木蔵人	男子	3年生	B指定	私は今年の大会の目標でU19と高校生選手権を重要視していました。U19では前日に落車をしてしまい、あまりいい結果が出せず、今回の高校生選手権は中止ということで今シーズンはあまり良い成績が残せませんでした。しかし今年は自転車の方でインハイに出たり、優勝できた大会があったのでそれを自信にして次に繋げていきたいと思っています。	大学生になるのでインカレに出て上位に食い込みたいと思います。	スイムがまだ苦手なのでもっと鍛えていい順位で上がりたいと思います。
小山森主	男子	2年生	B指定	出発日は天気が良く、調子が良い状態で出発することが出来た。2日目はトライアスロン会場下見練習をした。そして本番当日、自分は大会の目標として、上位入賞、ランラップ1位、香港大会出場ということを目指して出場しようとしてた。ところが、当日の早朝から避難警報が鳴って、非常に不安になった。そしてしばらくすると高校生選手権は天候の影響で中止という連絡が来た。その話を聞いたときに自分はショックでとても辛くて悔しかったです。ということで宿に置いてた荷物を全て片付け、観光ということになった。今回は大会が中止となってしまったが、次回の大会は必ず出場して上位入賞を大目標として頑張ります。	全ての大会で上位入賞を目指して頑張る。大会を楽しんで自分のレベルを上げていく。	スイムはペース練習、ダッシュ練習、Vを上手く速く回る練習をする。練習では2km以上泳ぐ。バイクは3本ローラーを30分と、60km以上のロングライド、技術練習、速い選手に付いていけるようにする。ランはフォームを意識して速いスピードを出して走る。練習では3km以上走る。トライアスロンを楽しんで練習する。
高橋駿介	男子	1年生		今回は自分が目標としていた大会でもあって更に杉本さんが言っていたアジアユース大会の選考大会前で自分はそれを聞いたときから新たな目標だと思って気合いを入れていたので中止になるのは本当に悔しい気持ちそれ以外はないです。	自分はまだ来年、再来年チャンスが残っているので更に力をつけてこの悔しさをバネに頑張ります	まずは、小さい準備、挨拶など生活の基本の、部分から人としても競技者として一から作り直す。

高橋実結	女子	3年生	B指定	今回が3年間の集大成ということもあり、1番メインにおいていた試合だったのでとても悔しかったです。ですが、トライアスロンは天候との戦いでもあるのだなと感じることができました。今回の遠征で初めて飛行機で自転車を運ぶという普段ではできない経験をすることができたので、今後活かしていきたいと思いました。遠征支援していただきありがとうございました。	10月29日に行われるエイジのチャンピオンシップに出場予定なので年代別1位になることです。	今はあんまりモチベーションが上がっていません、練習が身に入っていないのですが気持ちを切り替えて、どの種目も質の良い練習をし、ケアも怠らないようにしていこうと思っています。
油井得人	男子	1年生	C指定	悲しいけど来年までしっかり調整して頑張りたい	スイム400mを5分切り、ラン3000mを10分切りを目指したい	継続して練習する
油井牧志	男子	3年生	B指定	大会が無くなってしまつてとてもショックでした。この大会のためにかけた時間が無駄になってしまったような感じがしてとても嫌な気持ちです。ですがこのままうじうじしていても次へのレベルアップが出来ないのでしっかりと切り替えてより強い自分を手に入れたいです。	大学入学までにより体力をあげる	3種目全ての距離が伸びるので練習のペースを少し落として少しでも長く練習する
山下龍	男子	3年生	B指定	高校生でのメインレースとしていて、U19が終わってから調整をしていた大会だったので悔しい気持ちです。これも経験として大学生になってもいい結果を残せるように頑張ります。	大学でもトライアスロンを続け、日本選手権に大学生で出場できるように頑張る	高校生としてのレースが全て終わっても、練習を毎日続けていくことと勉強を頑張る、大学に入ることに
原維吹樹	男子	3年生	B指定	高校生で最後の大会が雨で中止になりとても残念ですが自然には逆らえないので、こういう事もあるんだという経験として前向きにとらえていきたいです。サポートしてくださったコーチ陣やTMTUの仲間、審判員に感謝です！	大学に入学し、大きな大会で上位を狙いたい。	勉強+面接の練習+体力を維持するためのトレーニングは欠かさずに行っていきたい。
加藤龍之介	男子	3年生	B指定	実際にレースを走ることはできなかったが、会場に行ってレースまでの準備をしっかりしてきたことに意味があると思う。まだ大会は終わったわけではないので、練習を積んで行きたい。	まずは受験に合格して、大学のインカレに出る。U19で入賞すること。	しっかり合格すること。日々の練習を怠らない。

濱田翔太	男子	1年生	〇指定	悔しくて、悔しくてたまらない大会でした。ここまで準備してきた自信をもって望めそうだったのでとても悔しかった	来年度のU19、高校生選手権	スイム週3今回実行して成果が目に見えたので引き続き。トランジション練習極めるところまで極める
ザン愁真アレックス	男子	2年生	〇指定	大会がなくなってとても悔しかった。次回の大会に向けて今回なくなった悔しさをぶつけて挑みたい。	来年の高校生選手権に上位に上がる事やU19に出場すること	ランが苦手なのでランの練習量を増やす。

以上