

Going to Windward

今年は上るぞ!

UP WINDを手に入れる



up wind lesson 1 「上り」を考えたこと、ありますか?

「上り」の走りを楽しむことは決して容易ではない。前号では「上り」のベーシックを記載したが、基本的な理屈や技術が判っただけでは「上り」を習得したことにはならない。「上る」ことにはいったいどんな楽しみがあるのか、どんな意味があるのかを少しでも理解しないことには、「上り」に真っ向から取り組むことはできないだろう。

「上り」の面白さ、大切さを理解し、いつかは少しでもレース的な遊びができるようになりたいものだ。M.R.C.のプロ選手3人のアドバイスを参考にしながら、今回は一般のセイラーに「上り」をシミュレーションしてもらうことで「上り」に関するイメージを解析してみたい。

Photos:Tetsuya Satomura Special Thanks:M.R.C.(JPN22 Shinya Kunieda,JPN57 Naohiko Koumura,JPN67 Akihiko Yamada)
Text:Shinya Kunieda(M.R.C.),Atsushi Shimoyama(Zushi Windsurf School)

未経験者に「上り」シミュレーション

短い上りコースを一般のセイラーに上ってもらう

シミュレーション結果は？

非常に短い上りのコースを、一般のセイラーに複数回、上ってみてもらった。一齐にスタートして風上のマークまで到達するだけのコースだが、初めは何も指示を出さずに行ってみた。どんな角度で上っていこうとするか、どの位置でタックするかなどをチェックするためだ。すると、ほとんどの人が、「前の人についていくことしか考えてなかった」という感想であり、風上にあるマークを目すらあまり強くは意識していなかったようだった。

次に走る前に大まかなアドバイス。どういう意識を持って走るべきか、どこを見て走るべきかなどの基本的な指示を出した。すると、2度目の走りでは、各々が自分の意思でコースを決め、タックするようになった。これには感心した。ほんの僅かな言葉によって、各々が上りを考えて取り組んでくれた証しだ。そして更に回数を重ねてみると、更に視野は広がり、海面全体を意識するようになっていった。誰かについていくよりは誰かの前を走った方が気持ちいいし、「上る」ということへの意識が少しは芽生えてくれたようだった。

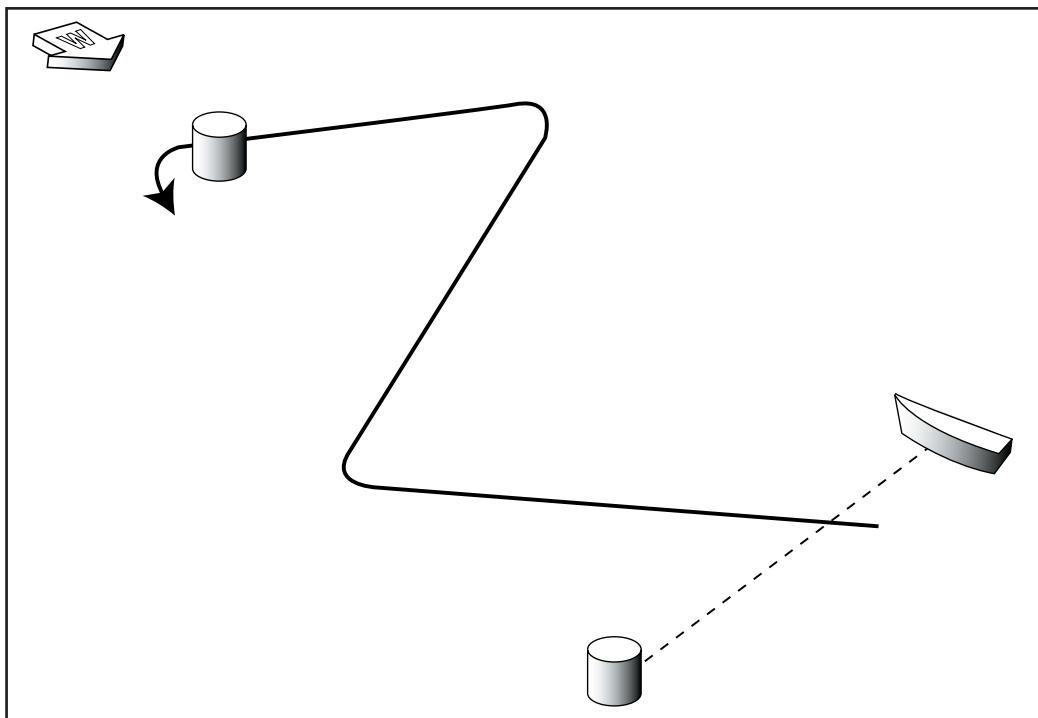


指示した内容はこんなこと

どこへ行こうとしているのかを把握するために風上マークの位置を常に意識すること、風上からやって来るブロー（風）を見ようとすること、自分の上り角度を把握すること、タックの回数は極力減らすこと、他艇のブランケットに入るなどの不利な場所に居続けないようにすること、などがアドバイスの内容。たったこれだけで大した内容ではないし、協力してくれた方々も、「そう言われてみれば、当たり前のことをしてないな」との意見だった。プレーニングを楽しみ、ジャイブの練習をしたいと思っている人達にとって、「上り」は頭の片隅にしかないが、ホンの僅かなアドバイスによって基本に立ち返ったようだった。

コース設定

船とマークブイでスタートラインを設定し、風上100mほどの位置に目標となる風上マークを設置。協力してくれた一般の方々はレーサーではないので、おおよそスタートライン付近に集まったところからスタートし、風上マークをクリアしたところで終了。この短いコースの中にいくつもの要素が隠れていた。



ウインドと上りについての生の声

上りの難しさと大切さに気付く

意識をどこに置いておくか

今までどの様にウインドサーフィンに取り組んできたのかを聞きつつ、このシミュレーション後に何を感じ、新たな目標などができたかどうかを訊ねてみた。TEARSのスタッフ2名と一般のセイラー4名に協力してもらったわけだが、スタッフ2名は別として、一般の方々の感想には今までにない意識が芽生えたように感じられる。上りに対して深く考えたことはなく、つまりは自分自身を取り巻

いている海全体を把握することもなくウインドサーフィンを楽しんできた方々にとって、たったこれだけのショートコースであっても、自ら意識して上ること、それもマークブイという小さな目標に向かっていくことはあまり経験のないことだったようだ。今後、参加してくれたセイラーの意識は僅かでも変化し、日々のウインドサーフィンに強い上達要素を加えることになるだろう。



TEARSのスタッフと参加してくれた面々。「上り」の大切や難しさに気付いてくれたようだった。



シミュレーションの間にアドバイス。基本中の基本を考えてみることだけで、走り方は変わってくる。

今までとこれからの話しをしてもらった



新井 勉さん

[Profile]

ウインド歴：2年 所有ギア：STARBOARD iSONIC 122 / SEVERNE OVERDRIVE 8.5 / NEILPRYDE EXCESS 7.4 / SOLO 6.0 今回使用した道具：STARBOARD iSONIC 122 / NEIL PRYDE EXCESS 7.4

今までのウインドサーフィン

1日も早く安定したプレーニング、レイルジャイブ、ウォータースタートが出来ることを目標にやってきました。また、海が好きで健康的にも良いと思っています。

シミュレーション後の感想と目標

これからは普段の練習でも上る練習、風上に行くにはどうしたらいいかと頭で計算しながら走りたいと思います。風上に上手く行けるようになることによって、自分の目標であるプレーニングを上手く出来るようにしたい。また、今日参加したみんなと一緒に楽しく同じようにレベルアップしていきたいと思っています。



佐々木 朝子さん

[Profile]

ウインド歴：4年 所有ギア：STARBOARD FUTURA 111 / NORTH SAILS SUPERSTAR 4.5 / GAASTRA PILOT 5.5 今回使用した道具：STARBOARD iSONIC 111 / GAASTRA PILOT 5.5

今までのウインドサーフィン

みんながいて楽しい、体にもとても健康的だと思っています。風を理解して海の上を自由自在に走りたい。プレーニングもしたいけど、それが全てではないですね。

シミュレーション後の感想と目標

今後の目標人との位置関係で風の受け方が変わることを知りとても勉強になりました。そういう事を考えながら今後は海で練習したいと思います。上ることによって、今度は下ることが大切になると思うのですが、私の場合は下るときのスピードがとても怖く感じてしまうので、今後はその部分も克服していかなければならないと思っています。



中村 雄二さん (TEARS スタッフ)

[Profile]

ウインド歴：10年 所有ギア：FANATIC SKATE 99 / NORTH SAILS DUKE 5.9/6.4 ICE 4.2/4.7/5.3 今回使用した道具：FANATIC SHARK 130 / NORTH SAILS NATURAL 6.6

今までのウインドサーフィン

現在イントラとしてウインドと向き合っています。始めた頃は海上を自由に走れる優越感や開放感を楽しんでいました。今はスタッフとしてウインドと関わり、昔と違う満足感を感じています。

シミュレーション後の感想と目標

今まで運営側からの目線で駆け引きなど楽しんでいましたが、今回はたった1つのマークを使い、レベルには関係なく誰もがゲームを楽しめたと思います。フリスタなどの自己満足感とは違い、マーク位置、風、潮の流れ、ルールなどウインドの基礎そのものの必要性が感じられたと思います。



滝下 和洋さん

[Profile]

ウインド歴：3年 所有ギア：T1 RS74 / SEVERNE ELEMENT 7.5 / ARROWS 6.5 今回使用した道具：T1 RS74 / SEVERNE ELEMENT 7.5

今までのウインドサーフィン

健康面を考えて、遊びたいという気持ちが一番。昔からヨットを見て、なんで風上に行くかが不思議だった。後は人の輪が好きだし、ウインドサーフィンって波も風もいつも違っていてまるで人生そのものという感じがしています。

シミュレーション後の感想と目標

今まで遊びだったけど、半分競争という事が入ってきて、それによって自分の技術向上スピードが速くなるように感じました。今まで適当に海の上を走っていたのがマークに向かって走る事によって、道しるべが出来た感じがします。この年になって海に入れるのが幸せだと再確認です。



坂倉 真人さん

[Profile]

ウインド歴：5年 所有ギア：STARBOARD iSONIC 122 / SEVERNE OVERDRIVE 8.5 / GAASTRA MATRIX 7.0/PILOT 6.0 今回使用した道具：STARBOARD iSONIC 122 / GAASTRA MATRIX 7.0

今までのウインドサーフィン

海の上では、普段の生活からでは味わえない感覚を受けられる。スピード感にはまってしまっていて、もっともっと風と一緒に風を感じられるようになりたいです。

シミュレーション後の感想と目標

何か目標を立てたり、競技を目指したりすることによって、自分自身の技術がかなり上達するのではないかと今回感じました。今までは漠然と海に出ていたけど、今回の練習でどこでタックをするべきなのか少し分かったり、また人を見ることによってとても勉強になったと思います。共通の仲間と同じ目標に向かう事によって楽しく、刺激になりそうです。



大西 富士子さん (TEARS スタッフ)

[Profile]

ウインド歴：5年 所有ギア：RS-X 今回使用した道具：STARBOARD FUTURA 133 / GAASTRA MATRIX 7.0

今までのウインドサーフィン

学連でずっとコースレースをやってきて、大学4年からオリンピックを目標に選手を続けています。一番好きな事で生涯続けて行きたいことです。

シミュレーション後の感想と目標

ノンダガーボードに乗る機会が少なかったのが、どうやって上らせて良いか正直わかりませんでしたが、レース経験の無い中村さんに負けたのがとても悔しいです。やはり何のボードに乗っても速く走れるようになりたいです。オールラウンドチャンピオンになりたいと思います。

「上り」のイメージを考察してみよう

それほど上れなくても大丈夫？

上れないのか、上らないのか

現在の道具の多くは、決して上り性能を求めているものではない。高い風速の中で十分なスピードを得られないと上り角度は取りにくい。ダガーボードを装備するボードと比べてしまえば、その差は明らかだ。そういった意味では、確かに「上れない」状況がある。しかし、ウインドサーフィンの楽しみ方そのものが「上ること」を後回しにしていることの方が大きい。誰もが楽しむためにウインドサーフィンをしているだろう。その楽しみ方は主にプレニングの中に存在している。ス

ピードの爽快感、ターンのドライブ感などなど、「プレニングしてなんぼ」なんていう表現もされるほどだ。早くストラップを使って走りたい、早くジャイブをマスターしたい、誰々よりも速く走りたいといったように、目の前に楽しいことが山積みされているわけだから、上ることなど後回しになってしまうのは致し方ないことも知れない。しかし、本当はうまく上れることが早い上達を生み、地力を作り出す。このことを忘れてしまうわけにはいかない。



ネガティブなイメージを払拭する

一般の方々が「上り」にどんなイメージを持っているものなのかを整理してみよう。どちらかといえばネガティブなイメージになる傾向があるが、よくあるイメージと上ることのメリットを比較してみたい。右は上段が「上り」に対するイメージ。「上りが大好きです！」と答えるひとはかなり少ないのが現状であり、当たり前と言ってもいいのだろう。下段は「上り」に対する目的ともたらされる効用。押しつけたくはないが、「上り」の持つ意味を知って取り組んでいくためには、敢えて認識しておいた方がいいだろう。上段のイメージに当てはまるとしたら、少しでも下段の項目から興味のあるものを見付け、「上る」ことを考えてみて欲しい。

「上り」のイメージは？

- それほど上れなくても十分に楽しめる
- 帰ること以外に考えたことない
- 地味だから好きじゃない
- 難しい
- スピードの快感はない
- 上らなきゃ帰れないから上るっただけ
- 辛いだけ
- よく判らない



「上れる」ことの効用は？

- 上って行ければ下りを楽しめる
- オフショアでも怖くない
- 走り回る海が広がる
- オーバーセイルに強くなれる
- 思い切りジャイブの練習ができる
- 不安なく遠くへ行ける
- 引き込みがうまくなる
- 風を読めるようになる

シンプルな快感ではなく奥深い楽しさ

上ることが単純に楽しいとは言えない。単純な快感を得るのは難しいからだ。それだけに「○○のために上ろう」という何かしらのウンチクが存在することになりがちだ。だが、単純な快感ではなく、深い面白さが上りにはある。風を読んで走ること、人と競うこと、遠くへいけることなどなど。「上れる」というのは技術力の高さを照明することでもある。ウェイブでもフリースタイルでもどんなカテゴリーでも、しっかりと上れる人は練習量が豊富になり、それはそのまま上達に繋がる。逆に言えば、上れなければ上達は遅くなると

いうことでもある。

硬い考え方と言われるかも知れないが、「上り」には真剣に取り組んでみて欲しいと思う。道具によって上り性能は異なるが、誰かと競うのではなく、自らの技術向上、より楽しくウインドサーフィンするために取り組んでみて欲しい。その先にエキスパートの道があり、あるいはレースの面白さも理解でき、参加したくなるかも知れない。その結果は後回しでいい。まず上ってみること。それがウインドサーフィンへのイメージを切り替えさせることになるだろう。



「上り」はゲーム

M.R.C.のトッププロ3人が語る「上り」

国枝信哉

セイルNo.: JPN22
 スポンサー: TEARS/MRC/GAASTRA/PROLIMIT/BREAKER OUT/DEBOICHET
 戦歴: JPW06ランキング3位 / JPW07ランキング3位

「自分が選手を始めてから、スラロームもアップウインドも一生懸命練習していたけど、スラロームは中々上達しなかった反面、アップウインドは練習すればするほど上達しました。アップウインドはスピードが速いこともとても重要なことだけど、速いだけでは勝てない。風のことを理解してマークまで最短距離を考える頭が必要だし、どんな位置からも逆転できるゲーム性がある。タック一つで勝負が決まることもある。

自分が考えているレースとは、全てが成績ではないということ。まぐれで上位の成績をとっても自分は全く嬉しくない。自分が満足できるのは普段の練習で速く走れたり、少しずつでも自分が上達していることを感じた時。レースはその普段

の走りが出来るように、体のコンディションを整えることから始まる。普段では味わったことがない緊張の中で競い合うレースでは、普通のジャイブをするだけでも学ぶことは多いし、メンタル面においても人間的にとっても強くなると思います。レースに出ることによって、自分自身の人間面、そして技術が毎回必ずレベルアップしているのを感じます。成績が出なかったり、普段の練習で全く良い走りが出来ない時など「もうやめる!」って思うこともしばしばあるけど、この中で一番大切なことは環境だと思います。最高の仲間と競い合いながら、そして励ましあっていくことでモチベーションを保ち続けていることは確かです。」



香村治彦

セイルNo.: JPN57
 スポンサー: TEARS/MRC/SEVERNE/STARBOARD/ONS/PROLIMIT/DEBOICHET
 JPW06ランキング5位 / JPW07ランキング4位

「アップウインドの楽しさは、なんといっても練習するエリアがものすごく広くてクルージング要素があることです。津久井浜アウトから見る富士山や、久里浜周辺や剣崎灯台などなど、海からの景色を見ながらウインドサーフィン出来るのは最高ですね! たまには、トビウオと一緒に上ったり・・・、冬の津久井海面が物凄く綺麗で見とれてしまいます。自分のアップウインドの歴史は、学連) 拓殖大学の4年間: ウインドサーファー艇でのオリンピックトライアングルレースや6個ブイのスラロームに始まり、実業

団でのレースボード時代からAHDコーススラローム時代からフォーミュラウインドサーフィンへ! 止められない魅力がぎゅっと詰め込まれています。スラロームの一瞬一瞬の勝負に比べて、セイリングしながら考える時間があり、そこから勝敗が決まる引き出しポイントが無数にあることが楽しさの源だと思います。これからもこの楽しさをMRC (三浦レーサーズクラブ) を通して伝えながら、自分のウインド力もレベルアップしたいと思います。」



山田昭彦

セイルNo.: JPN67
 スポンサー: NEILPRYDE/JP/PROLIMIT/TEARS/MRC/DEBOICHET/ONEIL
 JPW03ランキング1位 / 04ランキング1位 / 05ランキング1位 / 06ランキング2位 / 07ランキング2位

「アップウインドの楽しさは、スピードや早く走ることだけではなく、自然の風、潮の流れや地形によって風が変化することなどを読みながら勝負できるところが最大の面白さかな。レースをやりながら将棋やってるみたいだね。スピードでドキューンって行かれても次のマークに行ったら自分が前だったり後ろだったりとかゲーム性がかなりあるところも。アップウインドをやめたいと思ったことは今まで一度も無いな。やっぱりアップウ

インドはウインドサーフィンの一番の基本だからね。全てのウインドサーフィンの種目で、上れないと楽しいウインドは絶対出来ない。例えば波を取りに行く時に上れていけば波を下に見れて自由に取りに行けたり、オフショアでも自由に沖に行って安心してセイリングできるからね。バンピングレースだけは体力的に無理だと思ったぐらいかな。でもバンピングレースの経験があるから今の自分があるという確信もしている。」

