

2006 アジアパワーリフティング選手権大会 結果報告

去る5月1～5日、韓国・太白（テベク）市において、2006 年度アジアパワーリフティング選手権大会が開催されました。岡山大学からは、主将の岡村（4 回生）、山崎（4 回生）、三宅（3 回生）、阿南（男子部監督）の 4 名が参加しましたので、参加者のコメントを中心に、その模様をご報告いたします。



今回の会場となったテベク市民ホール

今回の開催地は、韓国という移動には便利な場所であり、日本選手団は韓国のソウル集合ということに。私たちは岡山空港からの出国となりました。岡山を発つこと 1 時間半、あっという間に空港内にもキムチの香り漂うソウル着。少々観光を楽しみ、1 泊した後バスで移動すること 5 時間半。今回の目的地であるテベクに到着。

現地での情報では、モンゴルの選手が入国審査で全員拒否され、強制帰国となったこと、それに伴い他国の選手も無事到着できない可能性が出るなど、いかにも国際大会らしいトラブルが続々と発生。今後の雲行きが怪しくなり、一人慌てていた山崎の姿が非常に印象的でした。

会場まではホテルからシャトルバスで約 15 分の位置にあり、少し歩けばコンビニもある比較的環境の良い所でした。ただシャトルバスが時間通りに出発・到着しなかったことを除いては。

日本より若干涼しく良い天候の中、熱い闘いがこの地で繰り広げられました。

また、驚いたことに、岡村君のご家族ご親戚の方々から遠路遥々会場まで足を運んで下さり、温かいご声援・差し入れを頂戴することができました。ご家族の皆様方にはこの紙面上をお借りして御礼申し上げます。誠にありがとうございます。

《 各出場者のコメント 》

★ ジュニア女子 56kg 級 山崎 千春 ★

今回、ピーキングはスクワット好調・ベンチ並・デッドやや悪といった感じでした。特にデッドは最後のピーキングで自己ベストマイナス 10 キロの 120 キロがどうやっても返せないという事態に陥っており、大きな不安を抱えたまま、試合に臨みました。



山崎のスクワット第3試技 120kg は軽々と成功

スクワットは当日もやはり良い感じで、自己ベストプラス 5 キロの 120 を成功させることができました。実はプラットフォームを確かめた時、床が柔らかいカーペットになっていることに少し不安を感じました。というのも、私は以前、似たような床でバランスがうまく取れず、軽いものにもものすごく傾いて 1 本しか取れなかった経験があったからです。そのため、1 本目を予定よりも 5 キロ軽くしてしたのですが、心配していたほど気にならず、無事に 3 本成功させました。

ベンチプレスでは補助員がアバウトでラックが高すぎ、差し上げに頼ることでバーをラックから外そうとしましたが、言葉の壁によりうまくコミュニケーションを取れず、非常に困りました。結果、2 本目は不安定な状態でスタートをかけられて、その後、一旦バーを戻したので、失敗になってしまいました。そしてその直後にインド人にリストラップを盗られ、失敗と二重にショックを受けた私は思い余って泣いてしまいました。まだまだ精神面が弱いと感じましたが、よくよく考えるとラックを申請した通りにセットしてもらえないというのも、リストラップを盗られるというのなかなか無いことではないでしょうか。しかし結局リストラップは返してくれたし、

この経験を忘れず、試合では何があるか分からないということを忘れないようにします。3本目は軽く上がったのでもう少し挑戦をしたかったと2本目、後悔です。

不安のデッドリフトはビビリ過ぎて1本目かなりの低重量を申請しましたが、最後のピーキングのようなこともなく普通に返せたので、2本目からは妥当に申請しました。しかしここでも重量を付け間違われるというトラブルが起き、1～2本目間が20キロということになってしまいました。3本目はトータル2位を狙って、挑戦したことも無い重量、135キロを申請し、意気込んで挑戦しましたが、残念ながら落ちてしまいました。途中でダウンがかりましたが、最後まで返せたのはとても自信に結びつき、「次の春関西では必ず成功させてやる」という気持ちになりました。

今回、世界の池谷選手にセコンドをしてもらえるとという厚遇に恵まれ、もったいないやら嬉しいやらでした。また、ホテルの部屋も同室だったので、いろいろなことを話し、教えていただきました。他の選手団の方々ともセコンドをし合ったりすることで親しくなり、様々な年代の方のお話を聞くことはとても勉強になったと思います。

大会は最初、ラックも計ってもらえず、順番もなかなか表示されず、どうなることやらと思いましたが、最後にはそういったことが改善され、とても良い大会であったと思います。

最後に、今回の大会を通して自分の力不足を十二分に再確認し、精進していきたいと感じました。



試合後の1ショット（左から山崎、三宅、岡村）

★ 一般男子 67.5kg 級 阿南 喜裕 ★

パワー（3種）の国際大会としては、1998年ハンガリーでの世界ジュニア以来、実に8年ぶりの出場。

今回この大会への参加には、①選手として、そして②国際審判員試験受験生として、と大きく2つの意味を持ちます。ジュニアを卒業して以来、国際大会出場のチャンスからすっかり遠のいてしまっていた今日この頃。そ

んな最中に舞い込んだ国際審判員試験の話。しかも開催国は韓国という近さ。この機会を掴まずして、とのことで自分の中では半年以上前に参加を決意していました。



8年ぶりの舞台に向け気合を入れる阿南（セコンドは南さん）

①選手として

今回の目標は大きく2つ。

- ・国際大会の中での試合勘を取り戻すこと
- ・トータルでのメダル獲得

コスチュームチェック時にメインで使う予定のスーツ・シャツがともに通されていないというミス発覚、スクワット第2試技ではしゃがむ前の微妙な反復動作を指摘され失敗、ベンチプレスでまさかの失格リーチまで追い込まれる、など様々アクシデントは発生したものの、試合運びそのものは、のんびりと自分のペースで進めることができ、スクワットでは自己ベストの220kgを達成、トータルでは当初予定範囲内の610kgをマークし2位で終わることが出来ました。

②国際審判員試験受験生として

今回挑戦した資格は国際2級。試験科目は筆記（英語）、実技（判定）の2科目あり、各々90点以上獲得／100点満点で合格という比較的狭き門。この試験に日本人3名を含む、各国から集まった約20名もの受験者が国際レフリーを目指して挑戦しました。

大会初日、朝から事前講習を1時間、その後2時間かけて筆記試験を実施。ここで合格しないと実技には進めないの、受験者はみな解答用紙と真剣に向き合いペンを走らせていました。私は何とか合格！

2日目は自身が選手、3日目はセコンドということもあり、私が受験した実技グループは、なんと最終日、100kg以上の超重量級。長年国際レフリーを務められるベテランでも避けたがる程、判定が難しいらしいグループでした。

前日までに他の受験者の試験は終了していたので、私ひとりで試験官からのプレッシャーと超重量級の判定の

難しさに耐えながら、この試験を辛うじてクリア。この結果、筆記・実技ともに高得点を獲得することができ、晴れて国際審判員として認定されることに。ちなみに今回の日本人受験者3名は全員無事合格することができました。



デッドリフト第1試技200kgは余裕で成功

今大会では選手、セコンド、受験生として多面的に大会を満喫することができ、大会開催期間が大変短く感じられました。また、アジア各国選手のレベルの高いパフォーマンスを目の当たりにして、私自身のモチベーションが高まっていくのを感じました。今年の全日本まであと1ヶ月。この勢いで、自身初の世界男子出場権獲得へ向けて今一度全力を注いでいきます。

★ ジュニア男子 75kg 級 三宅 徹 ★

5月は春関西とインカレがあるのに何故アジアパワーに参加したのか？

それは75kg級のベンチの世界記録を狙っていたからでした。当時の一般世界記録は232.5kgで自己ベストは246だから十分射程圏内でした。そして春関西、インカレは戦略上82.5kg級で出場しないといけないから今後75kg級に出場するチャンスがないかもしれないと思ったから。あと国内で世界記録を出すとドーピングチェック代で3万円請求されるが、国際大会だったら出場費に含まれるとのことだったのでアジア大会の出場を決めました。

1番の目標はベンチで一般世界記録樹立ですが、それが無理ならトータルのジュニア日本記録やベンチでのジュニア世界記録と日本ジュニア記録は作するという目標でした。ベンチのジュニア記録の二つは第一試技でなんなく成功し第二試技で一般世界記録に挑戦し押し切ったけど、厳しい判定で失敗になりました。だから次はその厳しい判定を下した審判を見返すような試技をしてやろう、と気合いを入れて望んだ第三試技で見事成功し、一般世

界記録を樹立しました。



ベンチプレス 233.0kg の世界記録に挑戦する三宅

スクワットとデッドは3本ずつ成功して自己ベストが出たので、結局は

- ・ベンチ一般世界記録
- ・ベンチジュニア世界記録
- ・ベンチ一般アジア記録
- ・ベンチジュニアアジア記録
- ・ベンチジュニア日本記録
- ・トータルジュニア日本記録

の計6個の記録を作ることができました。

いちおう全部の目標が達成されたのでアジア大会は大成功に終わりましたが、これは春関西、インカレへ向けてのスタートなので、このままの勢いでインカレも制覇したいと思います。



2つの金メダル(ベンチプレス、トータル)を獲得し、ご満悦の様子

★ 一般男子 90kg 岡村 聡晃 ★

今回は試合の一週間前にぎっくり腰になってしまい最終ピーキングができない状態で韓国に乗り込むことに。自分でも驚くほどの回復力で試合に出られるだけで満足だったので特に気にはしていませんでした。

合わない食事と風邪で体調はとても悪く体重も出発前から4キロ近く落ちてしまっていました。



今回の岡村は万全な体調ではなかったが、最後まで健闘した

『スクワット』

体重が落ち過ぎてスーツが緩く不安でしたが、1、2本目が取れたので3本目は自己ベストの270キロに挑戦。ラックアウト後ラックの土台に足をとられてしまいナロースタンスに。力が入るはずもなくスティッキングポイントを超えることができずに失敗。

『ベンチ』

スクワットと同じくスーツが緩かったがなんとか1本目190キロは成功。2、3は押し切ることができず失敗。スクワットもそうだが調子が悪いときはしっかり重量を下げて本数をとることが大切だと感じました。



デッドリフト第3試技、大台の300kgを前に集中する

『デッド』

前の2種目が不甲斐なかったのでデッドだけはと気合を入れて臨んだ。スーツの張りも適度にあり、3本目で自己ベストでジュニア記録更新となる300キロに成功することができました。

トータルも体調が悪い中で自己2番の740キロでまとめることができました。

今回の試合では故障したあとのピークの持って行き方や体調が悪い中の戦い方を経験でき大変勉強になりました。インカレ前というのに応援してくださった皆様本当にありがとうございました。



バンケットでの様子

《 総 評 》

春先は大会日程が詰まっているため、岡山大学所属選手としてアジア大会に参戦するのは今回が初めてでありました。この大会は、サブジュニアからマスターズまで幅広い年代の選手が多数参加しているので、国際大会のなかでも独特な雰囲気があり、非常に刺激が多かったのと同時に、「アジアにもこんなにレベルの高い選手が居るのか」と再認識させられました。

今回彼らが受け得た刺激、勢いを岡山に持ち帰り、春関西、全日本学生と以降に続く学生大会に向けて、彼らを筆頭にチーム一丸となり邁進し、必ずや学生日本一にまで昇り詰めてくれると強く信じております。

なお、今回この遠征のためにご声援下さいました皆様方、誠にありがとうございます。我々一同は更なる高みを目指し、日々トレーニングに励む所存でありますので、今後ともご指導ご支援頂けますよう、宜しくお願い致します。

(文責：阿南喜裕)

《 各選手の結果 》

カテゴリー	階級	氏名	体重	スクワット	順位	ベンチプレス	順位	デッドリフト	順位	トータル	順位
女子ジュニア	56	山崎 千春	53.90	120	3	70	1	120	3	310	3
男子一般	67.5	阿南 喜裕	67.20	220	2	165	2	225	2	610	2
男子ジュニア	75	三宅 徹	74.80	257.5	2	※ 233	1	227.5	3	717.5	1
男子一般	90	岡村 聡晃	84.35	250	6	190	3	300	3	740	6

※ 三宅のベンチプレス233.0kgは、男子一般・ジュニア世界新記録の更新(2006年5月5日現在)