

松田 丈志選手 第31回九州カップ水泳競技大会帯同

日時：23年2月12～13日

場所：福岡西市民プール

参加者：リハビリテーション部 酒井 達也、渡辺 裕介、日高 翔吾、須田 守彦



今回の大会には、松田丈志選手以外に東海 SC から3人の高校生が参加していました。今回は、コンディショニングというより松田選手に10年以上もオリンピック等の国際大会に帯同されている堀内トレーナーのコンディショニングのやり方の見学がメインでした。

堀内トレーナーは、手技だけでなくコンディショニングに対する考え方やアプローチする部位など大変高いレベルでした。コンディショニングを実施するタイミング（試合か練習か、試合前か間か後か、次の試合までの空き時間はどれくらいか）、実施出来る時間、実施する目的（疲労回復か、パフォーマンス前のアップか）、など一つのコンディショニングを行うにしてもさまざまな条件によりやり方や考え方が全く違います。自身のたくさんある引き出しの中から最適なやり方を選別し実施すること、簡単なようですが非常に難しく選手がもっとも求めてくる事です。

実施する目的（疲労回復か、パフォーマンス前のアップか）、など一つのコンディショニングを行うにしてもさまざまな条件によりやり方や考え方が全く違います。自身のたくさんある引き出しの中から最適なやり方を選別し実施すること、簡単なようですが非常に難しく選手がもっとも求めてくる事です。



試合結果です。松田選手は200m自由形、バタフライともにダントツ1位でゴール世界レベルのスイマーの凄さを改めて感じました。一つかきにおける伸び、スムーズさ、泳ぎの早さ、全てが群を抜いていました。東海 SC の子達もそれぞれ200m自由形、1500m自由形、50mバタフライに出場し全員とも自己ベスト更新という素晴らしい結果でした。



外は雪で寒かったですが、試合の熱気や今回学んだ事は熱く大変有意義な日となりました。また、自分達の目指すものを改めて認識し身を引き締める日となりました。