



# ラート情報誌「わっ！」

第24号 2010年春

ラート協会オフィシャルホームページ <http://www.rhoenrad.jp> e-mail [office@rhoenrad.jp](mailto:office@rhoenrad.jp)

## 🇯🇵 🇨🇭 第5回世界チームカップ 🇳🇱 🇩🇪



(日本選手団)



(日本応援団)

3月28日、ドイツ(Finntrop)で『第5回世界ラートチームカップ』が開催されました。昨年の全日本ラート競技選手権大会にて選考された選手の皆さんが健闘しました。

今回から国際ルールが大幅に変更され、難度点が4.0点より多く獲得できることになり、難しい技を沢山盛り込んだ高得点の演技が見られました。

各国4名の選手が計6演技を行い得点を競いました。1ラウンド(各国1演技)ごとに得点の高い国から順に4~1ポイントを獲得し、その総合ポイントで順位が決定するという方式でした。

チームカップは“ジョーカー”となる演技を1つ選ぶことができ、その種目で獲得したポイントは2倍になります。単純に同じ種目で争う大会ではなく、演技順やジョーカー選出等の作戦も必要であるというのがチームカップの特徴です。

日本選手団は一致団結し、みごと2位を獲得しました！

### 【結果】

1位	ドイツ	28
2位	日本	18
3位	オランダ	14
4位	スイス	12



(結果詳細: [http://www.rhoenrad-finntrop-2010.de/pdf/wtc2010\\_finntrop%20ergebnisse.pdf](http://www.rhoenrad-finntrop-2010.de/pdf/wtc2010_finntrop%20ergebnisse.pdf))

日本選手団の感想を紹介します。(所属・学年は大会時のものです。)

### 🌱 筑波大学体操部 院1年 田村 元延 (斜転・跳躍) 🌱

今回のチームカップは私にとって初めてのチームカップでした。私は斜転と跳躍の2種目に出場させていただきましたが、チームカップでは自分のミスがチームのミスとなるため、個人で競う世界選手権とはまた違った緊張感がありました。そのような中、今回の日本チームは各自が持っている力を出しきり、ひとりひとりが際立っていたように思います。選手のミスをみんなでカバーするなどチームワークも抜群でした。私は2位という結果だけでなく、大会を心の底から仲間とともに楽しむことができ、最高のひとときを過ごすことができました。このような経験ができたのも、皆様のご支援、ご声援があったからこそです。本当に有り難うございました。今後、この経験を日本ラート界に還元できるように活動していこうと考えております。



日本チームのトリ… 後方宙返り1回半ひねりの完璧な着地で会場全体がわき上がり、日本チームのテンションは最高潮に!! by 堀口文



## 筑波大学体操部 院2年 福原 一郎 (直転)



まず、今回のチームカップ出場にあたり、皆様より多大なるご支援を頂き、この場を借りて心より御礼申し上げます。ありがとうございました。

私は今回初めてのチームカップ参加で直転種目のみの出場でした。チームワークがよく、お互いの演技に感動し合える仲間と時間を共に過ごせたことを非常に嬉しく思っています。

試合直前、私は仲間の後押しされ、「ジョーカー」という大役を引き受けることになりました。最初は正直、自分でいいのか、という気持ちばかりありましたが、自分に任せてくれたチームのために今できることをしっかりやろうと決心し、失敗はあったものの最後まで演技を通すことができました。また、今大会では日本チームの選手一人一人がそれぞれの良さを存分に発揮したため、最終的に2位という結果を残すことができたのではないかと感じています。これも選手が試合で最大限の力を出せるように現地でサポートしてくれた皆様の御陰です。ありがとうございました。

今回の遠征を通して、演技について「自分に足りないもの」をいくつか再認識することが出来たので、ひとつずつ克服し、次の大会に繋げていきたいと思っています。今後ともご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。



ラートの中で描き出される怪人、その一つ一つの動きが見ている観客を魅了する。

何事にも動じず、道化師の様に舞うその姿はまさにJoker!! by 三宅麻衣子



## (株)ベネッセコーポレーション 高橋 靖彦 (跳躍・直転)



「地獄・天国・感謝」

地獄、それは跳躍での出来事。結果を観て、怪我をしたのではないかと心配されたと思いますが、単純に跳ぶ事が出来ませんでした。直前の練習まで普通に跳んでいた分、試合の怖さを思い知りました。天国、それは直転。「大河の一滴」という曲に合わせて、自分の思いを出し切ることができたと思います。音楽点ときれいさを追求する作戦が成功したことはもちろん、それ以上にアドバイス・応援して下さいの方々の力を結集できたことがうれしかったです。どう考えても、自分一人の力でここまでがんばることは出来ませんでした。とてもとても感謝しています。4月からは筑波大学院生としてがんばっています。今後ともよろしくお願い致します。



跳躍、会場から悲鳴... そこからの完璧な直転★ 感動の嵐!! 本当に涙ものでした。

靖先輩の精神力は世界一でした!!!! by 前原千佳



## 富士電機ホールディングス(株) 森 大輔 (斜転)



今回は、前回と同様にコーチ、リーダーの2名が選手と共に同行してくれて、さらに国際審判員の本谷先生を始めとした筑波大体操部関係者のメンバーと共に遠征することができました。このことは選手にとってたいへん心強いものとなりました。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

自身は、練習の時から「団体戦メンバーとして自分ができる事(仕事)をしっかり行う」ということを強く言い聞かせていました。結果として本番は自分でも驚くくらい落ち着いて演技をすることが出来き、ほっとすると同時に使命を果たした達成感を感じました。

チーム内はもちろん、他国チームの選手とも「Good Luck!」と呼び合い、お互いの演技を、褒めあい、認め合う、大会中のあの雰囲気は本当にいいものだな、と思いました。応援本当にありがとうございました。



先輩の演技はとても落ち着いていて、完成度も高く、やっぱりベテランの先輩の演技はすごいと感じました。

by 根本みなみ



### ㈱オリエンタルランド 但馬 絵美子 (チームリーダー)



今回はチームリーダーとして大会に参加させて頂きました。選手が良い環境で大会に臨めるようサポートするはずでしたが、リーダーとは名ばかりで、果たして役に立てたのか未だ不安であります… むしろ、選手から沢山の事を学びました。

チーム JAPAN は素晴らしい団結力でした。選手一人ひとりが役割を果たし、コーチ更紗さんのサポートのもと、完成度の高い演技を行いました。素敵なメンバーと同じ舞台上に立つ事ができ、大きな幸せと感動を経験しました。

自身の未熟さを感じた大会でしたが、これを機に、選手としてのレベルアップと共に、サポートする側としての実力もつけなければ…。“いつか日本で国際大会や講習会を開催したい。”その時にはしっかり活躍できるよう成長したいと思います。



### ㈱毎日コミュニケーションズ 森 更紗 (コーチ)



「コーチとして参加して」

今回はコーチとして参加致しました。本番では自分の試合以上に緊張し、感動し、涙が出ました。事前に新ルールを勉強して、選手の演技も把握した上で補助に臨みましたが、まだまだコーチとしては 70 点ぐらいでしょうか。今回の経験で、選手のサポートをする際、どのような気配りと行動が求められるのか勉強できました。いつか 100 点のコーチとして選手をサポートできるよう、自身の技術向上や知識の蓄積に励み、コーチ経験を積んで、ラート界に貢献できればと思います。最後になりましたが、ご支援・

ご声援いただいた皆様、本当にありがとうございました。



### 筑波大学 本谷 聡 (国際審判員)



はじめに、いつもながら多くの現地スタッフからサポートを受け、心地良く各イベントに参加することができました。これは、今までに多くの方が現地の方々と素晴らしい関係を築いていただいたからだと考えております。改めまして御礼申し上げます。

さて、WTC について、私は国際審判団の一員として参加しましたが、大きなルール変更が実施された後の初めての国際大会。どのような評価がなされるのか全くわからない中で実施されました。しかし、日本からのどの代表選手もその状況下で持ち味を十分に発揮し、相応の評価を得ていたように感じまし

た。また、大きなルール変更が実施されていたこともあり、国際審判団からのミスジャッジもいくつか出ていましたが、その時には日本選手はしっかりと指摘し、その結果修正してもらうこともできました。これは素晴らしい行為だと感じます。世界大会はラート競技の世界における最高峰のビッグイベント。過度な緊張等から思いも寄らないことが起こってしまうのが常だと思います。そのような中で、選手とコーチが一体となって冷静に判断し、国際審判団に異議を申し出るといのは非常に難しいことです。

最後に、国際的なラートの世界における日本は、現在非常に重要な役割を担っていると感じております。私見ですが、選手を派遣して準備していただいた最高の舞台上で良い経験をさせていただくだけでなく、もう一歩進めた重要な役割を担いたいと強く願っております。



\*\*\*\*\*「あたたかいご支援をありがとうございました。」\*\*\*\*\*

この度、第 5 回世界チームカップ日本選手団のために、あたたかい応援金を賜りましてありがとうございました。遠征費として有効に使わせていただきました。ここにお礼申し上げます。

～ ご支援いただいた方 ～ (五十音順)

安西映子 様, 大島林子 様, 大塚隆 様, 大類資則 様, 大類弘子 様, 加藤和子 様, 護得久晋一郎 様, 田村貴子 様, 田村千佳子 様, 西井陽平 様, 長谷川聖修 様, 檜皮道弘 様, 本村三男 様, 本村みどり 様



3月29日～4月2日、ドイツ(Taunusstein)で『エリートトレーニングキャンプ』が開催されました。日本からは10名の選手が参加しました。また、同時期に『トレーナー認定講習会』が開催されました。

参加者の感想を紹介します。(所属・学年は参加時のものです。)



琉球大学 2年 湧田 舎大 (エリートトレーニングキャンプ参加)



はじめに、今回ドイツで行われました「トレーニングキャンプ」に参加できたこと、感謝しています。よい経験が出来ました。ありがとうございました。

トレーニングキャンプではラート競技3種目に加え、トランポリン、体幹トレーニングを行いました。

体幹トレーニングでは倒立の姿勢から筋トレ、ストレッチを行い、トランポリンでは前方宙返り、後方宙返り、ツイストなど学びました。また、教え方にも驚きました。トランポリンでは初心者が5日間で屈伸前

方宙返り1/2ひねりを出来るようになったり、直転、斜転、跳躍では「GO」、「PUSH」、「1, 2, 3」といった簡単な単語だけでさまざまな技を教えてくださいました。5日間という短い期間だったのですが、みんな確実にレベルアップしたのではないかと思います。

また、海外の選手の以前よりもパワーアップしている姿を見て、とてもわくわくドキドキ興奮しつつ、もっと自分も上手になりたい、ラートをやりたいと出発前よりもラートに対する気持ちが強くなりました。

今回のキャンプ自分にとっても、メンバーみんなにとっても非常によい刺激になったのではないかなと思います。ドイツで得た刺激を、後輩達にラート仲間に伝えていけたらいいなと思いました。



筑波大学 本谷 聡 (トレーナー認定講習会参加)



世界大会後は、場所を Taunusstein に移動し、国際エリートキャンプと IRV 公認国際トレーナー認定講習会が二会場で開催されました。エリートキャンプでは、各国決められた枠のメンバーしか参加できませんが、今回はガーラの関係もあり、特別に IRV 推薦枠として 5 名、日本から追加して 5 名参加することができました。IRV からの特別な配慮に感謝しております。キャンプは、参加者全員を 5 グループに分け、直転・斜転・跳躍・体操・トランポリンをそれぞれ 75-90 分ずつ実施するものでした。私以外のすべての日本からの参加者はこれに参加し、全員積極的に取り組み、有意義な経験をしていました。



車で 20 分ほど離れた別の会場では、IRV 公認国際トレーナー認定講習会が開催されました。コースは 2 つ。初級コース(3 日間)と上級コース(5 日間)でした。私は上級コース(前期)に参加してきました。初級者コースでは、基本的な技術を理解し、補助する能力を習得する講習会でした。上級者コースは、直転と斜転における A から D 難度の主なすべての技術と主な跳躍について理解し、補助する能力を習得し、さらに、審判システムの理解、ラートの歴史や運動特性の理解など毎日朝 9 時から夜 9 時まで全 45 ユニットの多岐にわたる講習内容でした。また、初級・上級コースともその日の最後または、最終日にテストが実施され、私もなんとか認定を受けることができました。実際に参加してみて、これだけしっかりと理論的背景とひとつひとつの運動に関して細かい技術的なポイントが多くあることが確認できました。今度の指導に役立てたいと思います。



## 春季ラート講習会

2010年3月末日、筑波大学体操場にて『春季ラート実技講習会』を行いました。学生対象・一般対象ともに、多くのラート協会会員が集い、実りある講習会となりました。講習会の場で初めてラートを体験した参加者から、今度も機会があれば参加したいとの声も聞くことができました。



(03/6~7 一般対象)



(03/20~21 学生対象)

また、今後も大会・講習会など催しが沢山ありますので、ぜひご参加下さい。

### 【事務局便り】

#### ◎ 「第5回世界チームカップ」の映像販売のお知らせ

1式 3,150円+送料 ご注文の際に形式をご指定下さい。(DVD または VHS)

《お問い合わせ先: 日本ラート協会》		
〒187-0023 東京都小平市上水新町 2-27-30		
電話: 042-349-2024	FAX: 042-349-2524	e-mail: <a href="mailto:office@rhoenrad.jp">office@rhoenrad.jp</a>

#### ◎ 今年度の主な行事

- |                     |              |                  |
|---------------------|--------------|------------------|
| ・ 夏季ラート実技講習会 (一般向け) | 日程: 8/7~8    | 場所: 筑波大学体操場      |
| ・ 全日本学生大会           | 日程: 8/21~22  | 場所: 東海大学開発工学部体育館 |
| ・ 夏季ラート実技講習会 (学生向け) | 日程: 8/23~24  | 場所: 東海大学開発工学部体育館 |
| ・ 第16回全日本ラート競技選手権大会 | 日程: 12/18~19 | 場所: つくば市カピオアリーナ  |

### 【編集後記】

皆さん、こんにちは。新年度が始まりました。新生活はいかがでしょう？ また、新しいラートの仲間ができたでしょうか？ 私が年に何度か講師をしている児童館のラートサークルは、メンバーがどんどん増えてきましたよ♪ 嬉しい限りです。皆さんもラート仲間を増やして下さいね。

そして… チームカップに選手として出場した皆さん、2位獲得おめでとうございます。彼らの演技は本当にステキでした!!! 各国の選手も新しい演技・技を沢山見せてくれました。皆さん、ぜひ DVD をご購入下さい☆

ラート協会広報部会委員 但馬 絵美子

