

# ラート情報誌「わっ！」

第36号 2013年夏

日本ラート協会オフィシャルホームページ [http://www.rhoenrad.jp/main\\_flame.htm](http://www.rhoenrad.jp/main_flame.htm) e-mail [office@rhoenrad.jp](mailto:office@rhoenrad.jp)

## 第10回世界ラート選手権大会



Photo by Masaru Watanabe

2013年7月8～13日、シカゴ(アメリカ)にて『第10回世界ラート競技選手権大会』が開催されました。今大会には過去最大の18カ国、128名の選手が参加しました。

日本からは選手(14名)、国際審判(1名)、コーチ(5名)、トレーナー(1名)の計21名が参加しました。

今回から加わったモノ・ラートの部門では、惜しくも入賞を逃したものの日本選手は6、7位と大健闘しました。ラート部門ジュニア選手2名も各国の選手に臆することなくどうと演技をしました。また、団体決勝では1位ドイツに0.2点差まで詰め寄りました。

そして、ラート部門シニア男子では日本人選手が金メダルを独占するという素晴らしい結果となりました。

日本選手入賞者の結果は以下の通りです。

### ラート シニア 男子 総合

1	高橋 靖彦	JPN	31.75
2	田村 元延	JPN	30.80
3	Boy Looijen	NED	29.65
4	江塚 和哉	JPN	28.00
5	Marcel Schawo	GER	27.25
6	Alexander Müller	AUT	27.10

### 団体決勝

1	Germany	52.75
2	Japan	52.55
田村 元延・高橋 靖彦 (斜転・跳躍) 江塚 和哉・堀口 文 (直転)		
3	Switzerland	49.85
4	Netherlands	45.05



### ラート シニア 男子 跳躍

1	高橋 靖彦	JPN	10.50
2	Vincent Klimo	AUT	8.65
3	Christoph Clausen	GER	8.00
4	Marcel Schawo	GER	7.85
5	Max Brinkmann	USA	7.70
6	Boy Looijen	NED	7.60

### ラート シニア 男子 斜転

1	田村 元延	JPN	9.75
2	Boy Looijen	NED	9.40
3	高橋 靖彦	JPN	9.35
	Marcel Schawo	GER	9.35
5	Max Brinkmann	USA	7.90
6	Alexander Müller	AUT	4.55

### ラート シニア 男子 直転

1	江塚 和哉	JPN	12.45
2	Alexander Müller	AUT	11.60
	Boy Looijen	NED	11.60
4	Marcel Schawo	GER	11.50
5	高橋 靖彦	JPN	10.95
6	Remo Meyer	SUI	9.55

### ラート シニア 女子 跳躍

1	Sarah Metz	GER	9.15
2	Myrna van Berkel	NED	8.75
3	Ruth Kari Krokeide	NOR	8.45
4	Edwina Huber	SUI	8.15
5	堀口 文	JPN	7.55
6	Riccarda Vogel	GER	6.95

### ラート シニア 女子 斜転

1	Kathrin Schad	GER	11.05
2	Svenja Trepte	GER	10.10
3	Cheyenne Rechsteiner	SUI	9.90
4	Sabine Krumm	SUI	9.85
5	森 更紗	JPN	9.80
6	Ruth Kari Krokeide	NOR	9.70

### ラート シニア 女子 直転

1	Laura Stullich	GER	11.75
2	Cheyenne	SUI	11.70
3	堀口 文	JPN	11.50
4	Riccarda Vogel	GER	11.45
5	Sabine Krumm	SUI	10.65
6	Ruth Kari Krokeide	NOR	8.85

(大会結果詳細: <http://rhoenrad.com/documents/results/>)

日本選手団メンバーより大会の感想が寄せられていますので、紹介します。

## 【ラート シニア選手】

### 🇯🇵 湧田 舎大 (柵)シュガートレイン 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

まず始めに、今大会出場で来たこと本当に感謝しています。ありがとうございます。  
率直な感想としては、出場出来なかった種目もあり、とても悔しく思うところもありますが、自身のすべてを出し切り演技することが出来ました。また、それと同時にもっと頑張りたい、もっとラートを楽しみたい、そして楽しさを伝えていきたいと思える非常に刺激いっぱい学び多き大会となりました。2年後また世界の舞台上に立てよう頑張ります。  
ご支援くださったみなさま、本当にありがとうございました。

### 🇯🇵 堀場 みのり 市川ラートサークル 体操講師 🇯🇵



Photo by Bart Treuren

3回目の世界選手権出場を果たすことができました。今回はこれまで以上に演技構成や衣装、練習過程に強くこだわりを持ち準備をしました。本番には様々なアクシデントが起きてしまい、どの種目もベストな演技からほど遠くなってしまいました。しかし、大会期間中にたくさんのお褒めの言葉や励ましの言葉をいただき、逆に自分の自信に繋げることが出来ました。今大会、心強いメンバーとサポーターの皆様にも恵まれ、参加できたこと心より感謝しています。有り難うございました。

集大成と決めてはいたものの、まだまだチャレンジしたいことがたくさん浮かびます。これからも自分のペースで、新たな目標に向かって精進していきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひいたします。

### 🇯🇵 但馬 絵美子 (柵)オリエンタルランド 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

4回目の世界選手権大会はあっという間に過ぎ去ってしまいました。大会1ヶ月前、壮行会の練習で膝を負傷し、渡航直前まで杖が外せませんでした。万全の状態で大大会に臨むことができず、本当に申し訳なく思っています。辞退も頭をよぎりましたが、どのような状態であっても動けるのであれば出場しようと決意し、直前まで沢山のサポートの元、限られたトレーニングに励みました。大好きな斜転で練習してきた高難度の技、新しい直転の演技を披露できなかったことは本当に残念です。しかし、日本代表サブリーダーとして和やかな気持ちで大大会に臨もう！という目標は達成できたのではないかと思います。

ラートができることをこれほど幸せに思ったのは初めてです。また、渡航前や現地でも、国内外沢山の関係者に応援していただき、こんなにも涙を流した大会は初めてです。

家族、コーチ、トレーナー、練習仲間など 沢山のサポートがあって出場することができた大会です。この場をお借りして感謝申し上げます。これからも、ラートの「輪」を広げるべく力を尽くします。

### 🇯🇵 松浦 佑希 筑波大学体操部 3年 🇯🇵



Photo by Bart Treuren

今回初めて世界大会に参加して、大会中にまたこの場に立ちたいと思うほど、最高の時を過ごすことができました。海外選手の見とれてしまう演技に本当に多くの刺激を受けました。もっともっとラートが上手になりたいと強く思いました。実力的にはまだまだ世界に及びませんが、次回大会では先輩方のように表彰台を狙えるよう練習に励んでいきたいと思えます。

また、今大会ではたくさんのコーチの方、現地でサポートしてくださった方、日本から支援・応援をしてくださった方、本当に多くの方々に支えられて大会を無事に終えることができました。サポートなしには無事に演技できなかったと思います。この場をお借りして改めて感謝申し上げます。ありがとうございました。

### 🇯🇵 森 更紗 たまラートクラブ・遊学の里ラートサークル コーチ 🇯🇵



Photo by Hanno Hünig

皆様、応援ありがとうございました。お陰様で予選も決勝も、今できる最大限の演技ができました。演技直前、日本で応援してくれる人達の顔を思い浮かべ、幸せな気持ちで回れたので、斜転で入賞できました。

膝の怪我のせいで多くの苦勞をしましたが、怪我と闘ったからこそ、今回の演技が完成し、良い精神状態で試合に臨めました。私が力を発揮できたのも、本当に周りの支えのおかげです。

日本ラート協会の皆様、現地スタッフ及びボランティアの皆様、代表チームのメンバー、一緒に練習した仲間、リハビリの先生、家族、友人、ラート教室の生徒さん達、多くの方の力を自分の力に変えることができました。全ての方へ、心からお礼申し上げます。

### 🇯🇵 江塚 和哉 東京学芸大学 院2年・たまラートクラブ 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

本原稿を書くにあたって読み返していた「わっ！」2009年7月号、そこに記された当時の言葉、掲げた目標「約束を果たす」「約束を守る」「てっぺんを獲りたい」。そして、それからの4年間。自身の弱さと甘さを突きつけられたこと、現実との折り合いに涙したこと、抱く想いの大きさに押し潰されてしまったこと、・・・、振り返ると実に多くのことがありました。それでも自分がここまでラートを続けて来られたのは、そして今大会の結果にたどり着くことができたのは、共にがんばる仲間のおかげであり、支えてくれる多くの方々のおかげであると、今、心から深く感じています。みなさんに感謝の気持ちでいっぱいです。本当にありがとうございました。

🇯🇵 高橋 靖彦 NPO 法人アクティブつくば (チームリーダー) 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

まずはじめに、今回の遠征をご支援いただいた全ての方に感謝を申し上げます。国内での準備段階から、現地でのサポートまで、計り知れない程のお力添えをいただきました。本当にありがとうございました。次に、選手団の皆さん。一人一人がチームに貢献できることを積極的に探し、行動に移して下さったおかげで、良い雰囲気の中で遠征を終えることができましたと思います。リーダーとして大したことができなかった分、とても助けられました。改めて感謝致します。遠征を通じ、皆さんそれぞれが〇JOY できたのであれば幸いです。

世界選手権は 10 回目の節目を迎えました。世界的にも普及・振興は確実に進んでいます。今後は、世界の「輪」の一員として、日本でのラートを盛り上げ、ラートを好きになって下さる方が増えるよう取り組んでいきたいと思っています。どうぞ引き続き応援の程よろしくお願い致します。

🇯🇵 小山 信博 KSC かしまスポーツクラブ 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

ラート競技日本代表のために、ご支援下さったみなさま、本当にありがとうございました。演技開始前、演技エリアの中心で、みなさまへの感謝を思い起こしたことで、最高の心理状態で演技ができました。良くも悪くも、現状の私のベストの演技をすることができたと思っています。

他方で、成績を鑑みると、目標を果たせず、不甲斐ない結果に終わったことを猛省しております。今大会では、技術力、競技規則の読み込み、全日本選手権からの準備など、国際大会に向けた努力の不足を痛感いたしました。こうした点において、他の男子シニア 4 選手は、結果だけでなく、試合に対する考え方や努力においても、はるか高みにいます。

これからの 2 年間は、彼らを目指して再チャレンジです。

今後とも、応援していただけましたら幸甚に存じます。ありがとうございました。

🇯🇵 堀口 文 筑波大学体操部 院 1 年 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

結果は団体決勝で銀メダル、種目別直転では 4 位の選手と 0.05 点差で銅メダルという内容でした。

この 0.05 点というのはとても小さな点数ですが、本当に大きな意味がありました。結果にもこだわりつつ自分らしい演技をするという目標をたてて臨んだ世界選手権だったので、「応援して下さる方々の気持ちに応えたい」「少しでも点数が上がる可能性があるなら」という思いから、振り付け、衣装、音楽…こだわるところは最後の最後までこだわりました。これは自分一人では到底できることではありませんでした。沢山のひとに応援していただき、ご協力いただいた結果です。今回の結果は応援して下さる方々にいただいたご褒美のように感じています。

本大会について、沢山の温かいご支援並びにご声援をいただき本当にありがとうございました。この経験をラート界に還元できるよう、これからも楽しく回り続けていきたいと思っています。

🇯🇵 田村 元延 白鷗大学・常葉学園大学短期大学部 非常勤講師 🇯🇵



Photo by Masaru Watanabe

4 回目の世界大会でしたが、まずは本番で自分の力を出し切れたことが本当に良かったと感じています。その分、個人総合 2 位、斜転優勝、団体 2 位という結果もついてきたのだと思います。

しかし、団体決勝の跳躍で怪我をし、チームに迷惑をかけるなど反省すべき所もありました。決勝の跳躍を棄権し悔しい思いもしました。また、自分のことでいっぱいになり周りが見えなくなっていた時に、選手、コーチ、サポートスタッフの方々に助けられました。今大会は、本当に色々な想いが交錯した大会であったと感じております。

このように 4 回目の世界大会は色々なことがありますが、多くの方々から多大なるご支援を頂きそれを力に変えることができました。本当にありがとうございました。



Photo by Masaru Watanabe



Photo by Bart Treuren

大会の様子は以下のページで振り返ることができます。

(2013 年ラート日本代表選手団 facebook ページ: <http://www.facebook.com/2013RadEnjoyJPN>)

## 【モノラート シニア選手】

🇯🇵 松本 陽一 東海大学 OB 🇯🇵



Photo by Hanno Hünig

6年振り日本代表の出場になりました。代表に選ばれてからラートの練習はせずに、モノラートの練習をし続けました。約半年前に行われた各国の選手権の映像から上位者に対抗できるくらいのレベルまで上達でき、またコーチ陣のアドバイスによりかなり良い演技が完成しました。正直、大会で良い結果が残せるのではと自信がありました。

大会では、私が上達した分他国の選手も上達していて、更にハプニングもあり現地で焦りながら演技変更をしました。このような状況でコーチ陣、トレーナー陣の存在は大きく、的確な演技のアドバイスと身体的、精神的ケアをして頂き本当に感謝しています。

結果は規定演技で失敗してしまい9位で出遅れましたが、自由演技では自分の思う演技ができ、6位まで巻き返すことができました。あと一步で決勝進出だったので、規定演技の失敗が本当に悔やまれましたが、とても楽しむことができました。

多くの方々のご支援を頂き、本当に感謝しています。ありがとうございました。

🇯🇵 吉川 泰昭 Spiegelworld EMPIRE 🇯🇵



Photo by Hanno Hünig

モノラート日本代表として出場させて頂きました、吉川泰昭です。

色々なプレッシャーを勝手に背負い込んでしまい、思うような成績を残すことが出来ませんでした。本当に申し訳ない気持ちでいっぱいです。この経験を、しっかりと心に納め、パフォーマンスとして、そして、選手として、これからのラート人生に生かします。

また、現地でのサポートをして下さった、ボランティアのみなさま、監督、トレーナー、コーチのみなさま、本当にありがとうございました。

今回の、日本選手団の団結力。そして、選手一人一人の思い。それらが、僕にとって、最高の宝物になりました。今大会のそれぞれのラート物語が未来でも輝くことを願っています。

最後に、応援して下さいましたみなさま、本当にありがとうございました。

## 【ラート ジュニア選手】

🇯🇵 橋爪 夏香 神奈川県立神奈川総合高等学校 3年 🇯🇵



Photo by Bart Treuren

大会の出場にあたり、両親、先輩方、応援してくれた友達、多大なご支援を、この場で失礼しまして、お礼申し上げます。どうもありがとうございました。

初めて世界という舞台に立って足が震えました。演技に関しては、全部通し切れたことに安心しています。大会期間中、少し緊張しながらの先輩方との会話の中で、選手としてどう考えて、どう行動するのか、大会に関する考え方はとてもかっこよかったです。また、君が代を泣きながら歌ったのは人生初でした。表彰台の上の先輩がとても羨しかったです。縁のしたの力持ちのサポーターの皆さんの気配りは、目覚しいもので、是非これからマネさせて頂きたいと思います。沢山のことを勉強させて頂きました。この経験を大切にしたいです。本当にありがとうございました。

🇯🇵 渡辺 理沙 遊学のラートサークル・洞峰ラート教室 高校3年 🇯🇵



Photo by Bart Treuren

今回はジュニアで始めて出場させて頂きました。わからないこともたくさんありましたが、周りの方がサポートして下さり無事に終わることができました。本当にありがとうございました。尊敬する先輩方と一緒に行くことができ、貴重な経験ができました。

自分の実力はだじきったと思っています。たくさんの人前で演技することができ、本当に楽しかったです。

始めて世界の選手の演技を見て驚き、憧れると同時に改めて日本の強さを実感しました。日本チームのまとまりを強く感じ、日本の国歌が流れた時は本当に感動しました。

いつか自分も日本チームで活躍できる選手になりたいと思います。

次の大会からシニアになりますが、出場できるようがんばります。応援ありがとうございました！

## 【総監督・国際審判員】

🇯🇵 本谷 聡 筑波大学体操部 監督 🇯🇵



世界選手権大会が初めてヨーロッパから離れて開催された記念すべきアメリカ大会。その大会で日本チームは、4つの金メダルをはじめのべ8つのメダルを獲得するなど、歴史的快挙を果たすことができました。今回の結果は、これまでラート競技向上のために関わって頂いた多くの方々のサポート無くしては達成できなかったことと考えています。改めまして感謝申し上げます。

最後になりますが、今回の素晴らしい結果を受け、世界における日本の果たすべき役割が益々重要になると考えています。そのことを受け、これからの活動を進めていきたいと思っています。



監督、コーチやトレーナーが全力で選手をサポートしてくれました！

## 【コーチ】



 **森 大輔** たまラートクラブ・遊学の里ラートサークル コーチ 



Photo by  
Masaru Watanabe

私は、前回世界大会で選手として出場した際に「選手へのサポートの必要性」を感じ、本大会にサポートとして参加致しました。その想いを大切に、私はすべての選手と向き合い、見守りたいと思いました。私達サポートスタッフは大会前から選手のフォローを行い、またスタッフ同士もミーティングを行うなど、一致団結して選手を支援して参りました。仲間のスタッフメンバーに私は何度も助けられ、役割を果たすことができました。選手にとっては私の至らない点がたくさんあったかと思いますが、反省すると共に今後改善していきたいと思います。

このような経験をさせて頂いた日本チームすべての皆様、そして日本で支援・応援してくれた皆様に感謝申し上げます。



 **吉永 直嗣** 筑波大学体操部 OB 



Photo by  
Masaru Watanabe

私は今回初めての世界選手権でしたが、光栄にもコーチという立場で参加させていただきました。総勢 21 名という日本代表団としては過去最大の人数で、コーチ陣も私を含め 5 名いましたが、大輔さんを筆頭に各人がやるべきことをこなし選手たちのサポートに徹することができたと思います。といっても私は日本で応援している方々の代表として応援に行ってきたつもりで、コーチと呼ばれるのは何だか気が引けます。ただ、世界の舞台で戦う選手たちを間近でサポートできたことは一生の宝物にしたいと思います。そして、機会をいただければまたぜひ代表団の一員として参加したいと思います。

最後になりましたが、日本代表団を応援して下さった多くの方へ御礼申し上げます。ありがとうございました。

 **宗 遼平** 東海大学 OB 



コーチとして参加しました宗遼平です。

世界大会は今回が初参加でしたが、とても楽しく、充実した期間を送ることができました。選手の努力する姿に刺激を受け、コーチ・トレーナーのサポートで勉強になり、そして現地ボランティアの皆様のご支援、ご声援がとてもありがたく、その全てに感謝の意を示します。

本当に行って良かったと、また参加したいと思える大会でした。

今回の大会に関わった全ての方に重ねて感謝致します。

 **前原 千佳** 筑波大学 大学院 1 年 



今回の世界大会は日本選手の活躍が目立った最高の大会でした！日本選手の高い技術力、実施力、表現力に世界が驚かされ、感動し、会場のみならず応援していました。私自身、各選手の色々な思いのこもった演技に感動し、この場に居れたことを誇りに思い感謝の気持ちでいっぱいでした。様々なハプニングもありましたが、チーム一団となり、支え合い、みんなが〇ジョイ(エンジョイ)出来た大会になったと思います。また、現地で大変お世話になったボランティアの皆様、日本で応援して下さったサポーターの皆様の力が選手の後押しとなり素晴らしい成績に繋がったと思います。ありがとうございました。

選手は日本に戻り、次の試合に向けて練習を始めています。今後の活躍も乞うご期待下さい！！

## 【メンタルコーチ】

 **小田桐 翔大** フリーランス 



5 月のチームビルディングセミナーから始まり、シカゴへはメンタルコーチ兼添乗員として帯同させて頂きました。私自身、初めてのラート世界選手権帯同でしたが、それぞれの選手の想いがつまんだ大舞台での演技を見ると、心臓の音が聞こえるくらいドキドキして、演技が終わった瞬間に思わず泣いてしまう程の感動でした。Ojoy JAPAN は本当に居心地が良く、最高のチームでした。

メンタルコーチ・チームビルディング講師としても、本当にたくさんの事を学ばせて頂きました。今後もこの貴重な経験を活かし、ラート界・スポーツ界へ貢献していきたいと思えます。

皆様のたくさんの応援・ご支援ありがとうございました。

## 【メディカルトレーナー】

 **山口 淳士** Rensselaer Polytechnic Institute ATHLETIC TRAINER 



私はトレーナーとして「選手のコンディションをあげること」「少しでも疲労をとって明日に繋げること」「少しでも身体に違和感なく試合に臨めるように」を目標に、毎日全力を尽くしました。どれくらいこの目標が達成でき、日本代表チームに貢献できたかはわかりませんが、選手たちの演技後の笑顔や泣き顔を見る度に、このチームの一員として参加できて本当によかったなと感じました。また、このラート世界選手権を通じて、たくさんのいい仲間にも出逢うことができました。

「ラート」「仲間」との出逢いに感謝し、これからずっと大切に、この大会での経験を今後の私のトレーナー人生に活かしていけたらなと思っています。



## Special thanks!!!



国内外で多くの方々が日本代表チームを支えてくださいました。ありがとうございました。

### ☆現地サポーター

現地では沢山の皆さんが日本選手のサポートをしてくださいました。



#### ●ボランティア(ドライバー・通訳・カメラマン・世話係・医務など)

岡本 英子 さん  
栗山 幸一 さん  
越村 まがね さん  
笹渕 友美 さん  
下竹 由美子 さん  
渡辺 勝 さん  
吉永 敬行さん  
Chu Hyeny さん  
Naghav 正子 さん

#### ●宣伝・ボランティア募集活動など

金子 Alex さん  
下竹 祐三郎 さん  
吉田 望 さん  
シカゴ新報  
Weekly J-angle  
在シカゴ総領事館  
●応援  
今村 聖治郎 さん

### ☆試演会(2013年6月9日東京藝術大学にて)

試演会にたくさんの方がお集まりいただき、選手へ激励のお言葉を賜りました。ありがとうございました。

また、試演会開催にあたり、檜皮貴子先生初め、東京藝術大学ラートサークルの皆さんにお世話になりました。心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

### ☆「あたたかいご支援をありがとうございました。」

この度、第10回世界ラート競技選手権大会日本代表選手団のために、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。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、ASUNARO 様、大島 林子 様、大塚 隆 様、押田 洋之 様、加藤 和子 様、金井 彩陽子 様、  
護得久 晋一郎・笑子 様、小原 圭子・瑞季 様、田村 千佳子 様、豊福 誠 様、西井 啓介 様、西井 陽平 様、  
檜皮 道弘 様、六鹿 弘子 様、村越 通浩 様、本島 淳夫 様、本村 三男・みどり 様、吉田 望 様、吉田 由美 様、  
渡辺 勝永 様、試演会の際に支援箱にご支援いただいたたくさんの方々



### 【事務局便り】

#### ◎ 「第10回世界ラート競技選手権大会」の映像販売のお知らせ

1式 3,150円+送料 (DVD)

《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: [office@rhoenrad.jp](mailto:office@rhoenrad.jp)

#### ◎ 今年度の主な行事

- |                      |                |                    |
|----------------------|----------------|--------------------|
| ・ 第9回全日本学生ラート競技選手権大会 | 日程: 8/31~9/1   | 場所: 松本大学体育館        |
| ・ 夏季ラート実技講習会 (学生対象)  | 日程: 9/2~3      | 場所: 松本大学体育館        |
| ・ 夏季ラート実技講習会 (一般対象)  | 日程: 9/28~29    | 場所: 千葉県立手賀の丘少年自然の家 |
| ・ 第19回全日本ラート競技選手権大会  | 日程: 11/30~12/1 | 場所: つくばカピオアリーナ     |
| ・ 春季ラート実技講習会 (一般対象)  | 日程: 3/1~2      | 場所: 千葉県立手賀の丘少年自然の家 |

### 【お知らせ】

#### ◎ 国際規則の技の申請について

国際規則の難度表に掲載のない技で、国際大会でB以上の難度を希望する技がある場合、国際ラート連盟技術部に提出する必要があります。申請したい技のある選手は9月末日までにご連絡ください。

連絡先: 日本ラート協会国際部委員 但馬 絵美子 [rhoenrad\\_wa@yahoo.co.jp](mailto:rhoenrad_wa@yahoo.co.jp)

3日以内にお返事いたします。返信のない場合は日本ラート協会事務局までご連絡ください。

※ なお、申請には動画が必要です。動画は過去の大会で成功している技のみ受理されます。

### 【編集後記】

まだまだ残暑厳しいですね…皆さま、いかがお過ごしでしょうか? 学生の皆さんはインカレに向けてどんどん上達していることでしょう。熱中症に気を付けて練習に励んでくださいね。

私も全日本選手権に向けてイメージトレーニングを開始します、熱中症に気を付けながら…(笑)!

ラート協会広報部会委員 但馬 絵美子



Photo by Hanno Hünig