2011 Japan National Team Report "player"

J.O.D.A. JAPAN OPTIMIST DINGHY ASSOCIATION

報告者	クラブ B&G兵庫ジュニア海洋クラブ 学年 中学1年 氏名 西村 宗至朗		
大会名	アジア選手権大会 2012.		
開催地	スリランカ トリンコマリー		
大会期間	2012		
セールNo	JPN 3270	最終順位	58位

- 帰国後1ヶ月以内に、海外派遣担当 田中(mame-t@silver.zaq.jp)までメールにて送付して下さい
- JODA理事会にて確認の後に、ホームページに公開します
- 記入時の注意点
  1. このレポートは今後海外派遣レースに参加する選手、役員また日本のジュニアのための資料です
  2. なるべく詳細に記入して下さい
  3. 大会本部や運営、他国や他国選手また特定の個人を批判するような記述はしないで下さい
- 写真資料について
  1. このレポートを補足する資料として必要な場合は、文中に貼り付けて下さい
  2. 他国のOP艇を接近して撮影することを禁止します

気温、水温、ウエアについて	気温は30°~32°、水温は気持ち良く泳げる冷たさでした。日本と比べてとても暑く、汗をたくさんかきました。なので、ウエアはラッシュに海パンと涼しめのウエアでレースをしました。また、ブーツは常にはいていました。
海面(湖面)の特徴や風の傾向	大会期間中は季節風(モンスーン)のえいきょうで、毎日約30ノットの風が吹き続けました。波はあまり立っていなかったので走りやすかったのですが、出艇の際は、浜近くの波がおよせていたので出艇しづらかったです。
セッティングで注意したこと	チャーター艇についていた部品はほとんど使わず自分で持ってきた物を使いました。風が強かったので、レイキ、アウトホール、スプリットなどのパワーダウンを心がけました。
セーリングで注意したこと	波は気にせず、とにかくハイクアウトに集中しました。ランニングでは、とにかくチンしないように走らせました。
海上で練習したこと	レース前日の海上練習で、オーストラリアとニュージーランドの選手達と一緒にコース練習をしました。レース前に他の選手のスペリやセッティングを確認することができたので良かったです。

実際のスベリはどうでしたか？	風のせいだと思いますが、かなり走りづらかったです。これからも、とハイクアウトの練習が必要だと思いました。
スタートは、どうでしたか？	スタートは、全体的に広がっていましたが、やはり有利な方が少し多かったです。風も強かったので、スタート後のスピードが大事でした。
コース戦略はどうでしたか？	ブローは全体的に広がっていたので、風の振れに合わせてレース展開をしました。
自分より上位の選手との違いは？	一番目立ったのはスタートの仕方だと思います。どんな状況でも一列目から出ていました。その他にもハイクアウトの量、体の動かし方などがありました。
国内の練習で役立ったこと	NT合宿でしたラビットスタートです。海外の選手と唯一練習できるスタートなので、とても役に立ちました。
国内の練習で足りなかったこと	強い風の中での練習が足りなかったと思います。どんな風でも、しっかり走るためにはこの練習が必要だと思いました。
印象に残った外国選手は？	シンガポールの選手です。特に1位だった、ユキエ ヨコヤマ 選手は、タックやジャイブの動き方がとてもうまかったです。その他の選手も、小さい体なのに、とてもよく動いていました。
行く前と、行ってからで違ったことはありましたか。	風の強い中でレースが出来た事が自分は一番良かったと思います。日本で30ノットという風の中で練習できる事はめったにないので、とても良い経験ができたと思います。
今後の課題と目標は？	体の動かし方とハイクアウトをさらに強化することです。 目標は、来年こそワールドに行くことです。
JODAへの要望	
その他	応援にいただいたみなさん、ありがとうございました。

ご協力ありがとうございました

JODA海外派遣委員会