

研修員報告 〈スケート／スピードスケート

和田 貴志



平成15年度・短期派遣（スケート／スピードスケート）

I. 研修題目

アメリカにおけるコーチングテクニックおよび選手強化、選手育成システムについての研修。

ソルトレークシティー冬季オリンピック後の施設の運営についての研修。

II. 研修期間

平成14年7月25日～平成15年7月24日

平成15年9月1日～平成16年8月31日

III. 研修地及び日程

(1) 主な研修先

アメリカ・ユタ州・ソルトレークシティー、Utah Olympic Oval

(2) 受入関係者

- ・ Mr. Andy Gabel (U.S. Speed Skating President)
- ・ U.S. Speed Skating Federation
- ・ Mr. Nick Thometz (Utah Olympic Oval General Manager)
- ・ Mr. Bart Schouten (Utah Olympic Oval High Performance Team Coach)
- ・ Utah Olympic Oval
- ・ Mr. Ryan Shimabukuro (U.S. Speed Skating Sprint Team Coach)

(3) 研修日程

① 通常研修

平成14年7月25日から平成16年8月31日まで、特別研修期間を除き、ユタ・オリンピックオーバルを拠点とし、研修を行った。

② 特別研修

平成14年

- ・ 10月25日～28日

アメリカ ワールドカップ代表選考競技会（アメリカ・ソルトレークシティー）

- ・ 11月11日～17日

中・長距離ワールドカップ第2戦（ドイツ・エルフルト）

- ・ 11月18日～25日

中・長距離ワールドカップ第3戦（オランダ・ヘレンフェーン）

- ・ 12月3日～9日

世界選手権 アジア地区予選会（中国・ハルビン）



平成15年

- ・ 1月10日～12日
短距離ワールドカップ第3戦（アメリカ・ソルトレークシティー）
- ・ 1月18日～19日
世界スプリント選手権（カナダ・カルガリー）
- ・ 1月25日～26日
アメリカ・カナダ・オセアニア世界選手権代表選考会（アメリカ・ソルトレークシティー）
- ・ 10月11日～12日
アメリカ ワールドカップ代表選考競技会（アメリカ・ソルトレークシティー）
- ・ 11月22日～23日
American Cap / Can Am（アメリカ・ビュート）
- ・ 12月6日～7日
短距離ワールドカップ第1戦（カナダ・カルガリー）
- ・ 12月12日～13日
短距離ワールドカップ第2戦（アメリカ・ソルトレークシティー）
- ・ 12月20日～23日
アメリカ選手権 / アメリカ スプリント選手権（アメリカ・ミルウォーキー）

平成16年

- ・ 2月20日～22日
世界ジュニア選手権（アメリカ・ローズビル）

IV. 研修概要

(1) 研修題目の細目

- ・ アメリカのスピードスケートの現状
- ・ ユタ・オリンピックオーバル
- ・ ハイパフォーマンスチーム
- ・ ナショナルチーム
- ・ 選手選考方法
- ・ コーチングスタイル
- ・ トレーニング
- ・ 充実した医・科学サポート

(2) 研修方法

ユタ・オリンピックオーバルが運営するハイパフォーマンスチームのコーチ バート氏（Bart Schouten）とナショナルスプリントチームのコーチライアン氏（Ryan Shimabukuro）の下でコーチングテクニック、スケータイングテクニックの情報交換を行い、その技術習得と選手強化、選手育成システム、施設運営などの観察、情報収集を行った。



（3）研修報告

①アメリカのスピードスケートの現状

アメリカのスピードスケート競技者数は思いのほか少なく、2004年現在でロングトラックとショートトラックを合わせ約3,000名である。

アメリカではバスケットボール、アメリカンフットボール、ベースボールに次いでアイスホッケーが盛んであり、各地にアイスホッケーリンクが多数あるため、初心者や子供達はまずアイスホッケーリンクで滑走可能なショートトラックにてスピードスケートの基礎を学ぶ事が多い。

よって、競技者の多くはショートトラックスケーターかその経験者であり、日本のようにショートトラックを滑った事がなく、ロングトラック経験のみの選手はごくわずかである。

ロングトラックとショートトラック両方合わせたスピードスケート競技者3,000名のうちナショナルチームレベルの選手は約70名から80名しかおらず、決して層が厚いとは言えない。

特にロングトラックにおいては氷上とは無縁のインラインスケートの世界チャンピオンや経験者達が挙ってロングトラックへ転向し、驚異的な強さを発揮している。

よってロングトラックのナショナルチームレベルの30名から40名の内、10名前後はインラインスケート経験者であり、彼らは中・長距離においてアメリカチームの主軸的存在となっている。

アメリカでは日本のように学校単位のチーム、実業団、スポンサーチームが存在していないため、各地にあるアイススケート場のプログラムに個人で参加しているため、経済面を含め両親・家族への負担が大きく、素質を持ち将来性を期待されながらもジュニアからシニアに移る前に引退してしまう選手が多い。

そういった状況の打開策として、アメリカではU.SジュニアチームコーチとU.Sシニアチームコーチの協議により、将来性のあるジュニア選手を毎年2・3名選抜し、U.Sシニアチームへ合流させてその選手にナショナルチームメンバーと同様の指導、及び金銭面の支援をし、5年から10年もの長期計画でじっくりと世界トップクラスの選手へと育て上げる方法がとられている。

また、選抜選手以外であっても本人の希望があればU.Sナショナルチームの拠点であるユタ州・ソルトレークシティーへ移転し、ナショナルチームに同行してトレーニングを行う事も可能である。

②ユタ・オリンピックオーバル

ユタ・オリンピックオーバルではアメリカ各地にあるスケート場同様に初心者から競技者まで、その選手のレベルに合わせた競技者育成プログラムを行っている。初心者から中級者くらいまでを「LEAN TO SKATE」クラスとし、その選手のレベルに合わせて3つのグループに分けてスケートの基礎を学び、そこから競技者レベルに達した選手は「STEP」クラスにてトレーニングの基礎やスピードスケート、ショートトラックの技術的な基礎を学び、そこから更に上達した選手は「STEP」クラスの最上級クラスに位置づけられている「ハイパフォーマンスチーム」（略し

てオーバルチームと呼んでいる)に合流し、本格的なトレーニングや実践的な技術・戦略の習得を行っている。

こうしたユタ・オリンピックオーバルのプログラムシステムにより、2002ソルトレークシティー冬季オリンピックでのアメリカチームの健闘に刺激を受けたユタ州出身選手が2002年以降徐々に増加し、アメリカスケート界の普及活動に貢献している。

ユタ・オリンピックオーバルではロングトラックレーンの内側に設備されている2面のアイスホッケーリンクにてアイスホッケー、フィギュアスケート、ショートトラック、カーリングの他にインドアサッカー、ドッジボールなどが行われている。

インドアサッカーは毎週末リーグ戦が行われており、製氷員らはわずか一日でアイスリンク上に人工芝を敷き詰め、グラウンドを造り出してしまうのにはいつも感心させられる。

冬になると月に一度は高校の陸上競技会が行われ、ロングトラックレーンの外周に設備させているランニングトラックではリレーを含めたランニング種目、ハードル種目、走り幅跳び、棒高跳び、競歩が行われる。

走り高跳びと砲丸投げは内側のアイスリンクに木材などの保護材を敷き詰め、その上に人工芝を敷き詰め行われる。

スポーツ以外の利用法としては、小型の飛行船やバルーン、レーザー光線やドライアイスなどを使用してアメリカらしいアイデアの装飾でオーバル内全体をイベント会場に変化させ、様々なイベントやパーティーが行われている。

オリンピック以降、黒字経営を目指し様々な競技会やイベントを積極的に行ってきたユタ・オリンピックオーバルであるが、これらに対応するためには多くの人件費が必要であり、2004年1月にオリンピックの際に確保した運営資金が15年後に底をついてしまうとの見解から大規模なリストラが行われた。

アメリカといえど、オリンピック後の施設運営は苦しいようで、現在はスピードスケートのU.S.ナショナルチームの拠点施設として、またスピードスケート、フィギュアスケートの普及活動を目的として運営されている。



ホッケーリンク上に人工芝を敷き設置されたインドアサッカーグラウンド



ユタ・オリンピックオーバル外観

③ハイパフォーマンスチーム

「ハイパフォーマンスチーム」は先に述べたユタ・オリンピックオーバルが行っ



ている競技者育成プログラムの「STEP」クラスの最上級クラスであり、オーバルチームとも呼んでいる。

ハイパフォーマンスチームのコーチはスピードスケートの本場オランダ出身のバート氏（Bart Schouten）が行っており、彼がパーソナルコーチとして契約を交わしている外国人選手やナショナルチームに選抜されなかった選手、海外からユタ・オリンピックオーバルでトレーニングを希望する選手や競技者育成プログラムの「STEP」クラスから昇格してきた選手など、約10カ国もの選手が入り混じりトレーニングを行っている。

アメリカのスケート界でのハイパフォーマンスチームは準ナショナルチーム又はナショナルチームの2軍という位置付けであり、ショートトラックやインラインスケートからスピードスケートに転向した選手などはここでトレーニングや滑走技術の基礎を学びナショナルチーム入りを果たしている。

また、様々な国の選手が集まりチームを結成しているため、選手間やコーチと選手との間で各国のトレーニング方法や技術指導など専門的な情報交換が可能であり、それらの情報も取り入れながら選手指導にあたっている。

よって、ナショナルチーム選手の中には彼のコーチングやトレーニングメニュー、海外から集まった選手をトレーニングパートナーとして求め、ナショナルチームからオーバルチームへと移動する事もある。

ハイパフォーマンスチームに属する選手達はユタ・オリンピックオーバルに毎月一定額のチーム所属料を支払う事でバート氏からコーチングを受ける事ができ、ユタ・オリンピックオーバルの施設も自由に使用する事が可能となる。

その他にもナショナルチーム同様にマッサージ、ドクターによるケガ・故障の診察・治療、心理学者による講習、特殊機器を使用しての体力測定などを低料金で受ける事が可能であり、経済的に余裕がない選手達にも充実したサポートを提供して



⑥ハイパフォーマンスチームコーチ、バート氏



トレーニング風景。先頭は2004世界選手権覇者 Chad HEDRICK選手



ハイパフォーマンスチーム陸上トレーニング風景

いる。

④U.Sナショナルチーム

アメリカは企業チーム、スポンサーチーム、大学や高校などの学校単位でのチームがないため、多くの主力選手はアメリカスケート連盟が運営、管理するU.Sナショナルチームに所属している。

ナショナルチームはU.Sオリンピック委員会からの強化費とアメリカスケート連盟がマネージメントし、獲得したスポンサーからの出資および協力によって運営されている。

U.Sオリンピック委員会からの強化費は主に強化合宿費、遠征費に当てられ、スポンサーからの資金は連盟が管理し、コーチの給与、選手への報奨金など、強化費で使用不可能な部分を補っている。

コーチはオリンピックを節目として4年に一度スケート連盟が一般公募により候補者を募り、その中から面接などにより短距離と中・長距離のコーチ各1名ずつを選考する。

U.Sナショナルチームに所属する選手の選考は連盟のヘッドコーチ、各距離担当コーチなどが前年度の成績を基に毎年春の選考会議にて選抜し、選抜された選手の意思や活動計画等を各担当コーチが確認し、本人との話し合いによって決定される。選抜される人数は短距離男子5・6名、中・長距離男子5・6名、短距離女子5・6名、中・長距離女子5・6名の計20名から25名程度だが、能力のある選手が偏った場合には人数の割合を変えて調整する事もある。

また、長距離はトレーニングパートナーが必要なためナショナルチームのBチームを編成し、エリートチームと合同でトレーニングを行っている。

ナショナルチームに選拔されなかった選手は経費を自己負担する事でトレーニングや合宿に同行するか、ユタ・オリンピックオーバルが運営するハイパフォーマンスチームに所属しトレーニングを行っている。

ナショナルチームに選拔されても選手の意思や活動計画によって辞退する事も可能であり、オランダやカナダのコマーシャルチームからの支援を受けるためにナショナルチーム入りを辞退し、その地へ渡り活動する選手もいる。

これらの選手は毎年10月末、12月末に行われる選考競技会の成績によって世界選手権、ワールドカップ等に選考されるが、そのシーズンの全ての遠征、強化合宿を自己負担しなければならない。

但し特例があり、オリンピックで金メダルを獲得した選手は次のシーズンにナショナルチームに属さなくとも遠征費、強化費、報奨金などを無条件で受け取る事ができる。

また、ナショナルチームに選拔された選手がオーバルのハイパフォーマンスチームにてトレーニングを希望した場合は遠征費、強化費、報奨金を受け取る事ができ、遠征時には個人での移動かナショナルチームに同行しての移動か選択する事も可能である。

ナショナルチームは通常短距離と長距離の2チームで編成されているが、2006年



トリノ冬季オリンピックの1シーズン前の今シーズンからは中距離チームも新たに編成された。

これは単種目で勝負するオリンピックに照準を合わせた編成であり、各選手（特に中距離選手）が自身の得意とする種目に専念する事ができる環境を整えるためである。

この即席中距離チームにもコーチが必要であるが、新コーチと選手間のコミュニケーションの問題を考慮し、中距離チームには新たな担当コーチをおかず、昨シーズンまで短距離に属していた選手は短距離コーチ、長距離に属していた選手は長距離コーチから指導を受けている。

U.Sナショナルチームはトレーニングのチーム編成に限らず、オリンピックシーズン以外もオリンピックを想定してトレーニング、レースを行っている。

多くの国ではオリンピックシーズン以外は世界種目別選手権、世界選手権、世界スプリント選手権と複数の競技会に照準を合わせるが、アメリカはあくまでオリンピック同様に単種目で勝敗がつく世界種目別選手権をそのシーズンのオリンピックと想定して、オリンピックシーズンと同様のサイクルで陸上トレーニングから世界種目別選手権までを綿密なスケジュールに沿って実践し、オリンピックの前シーズンでほぼその選手の能力を最大限に発揮できるコンディション作りを把握している。

これはそのシーズンの成績に左右する事なく、あくまでオリンピックまでの金銭面を中心とした様々なサポートを保障されているナショナルチーム体制の利点を最大限に活用していると思われる。

U.Sナショナルチームに選抜された選手達は前年度の成績によりスケート連盟が獲得したスポンサー収益から毎月強化費を支給されるが、実績の少ない選手は少額であり、強化費だけでは生活ができないため、U.Sナショナルチームはアメリカ国内大手のホームセンターと「オリンピック・ジョブ」というスポンサー契約を交わす事により、より多くの生活費が必要な選手たちに仕事の斡旋を行っている。「オリンピック・ジョブ」とは、U.Sナショナルチームに属する、またはナショナルチームからの推薦があった選手に対し、このスポンサー契約を交わしている大手ホームセンターにて働く事が可能であり、給与は毎週1週間に14時間勤務する事で正社員の1か月分の給与を支給される契約である。

⑤選手選考方法

アメリカでのワールドカップ、世界選手権等の選考方法は前年度の世界種目別選手権10位以内の選手についてはその距離を内定とするが、前回のオリンピック20位以内のタイムを上回っていない場合には内定としない。

内定選手以外の選手の選考は10月下旬と12月下旬に行われる選考競技会の上位順に選考されるが、たとえ上位であってもワールドカップ、世界選手権等で上位入賞が期待困難なタイムである場合にはその選手を派遣せず、将来性のあるジュニア選手との入れ替えの可能性がある。

派遣選手の選考はU.Sスケート連盟のヘッドコーチとU.Sナショナルチームの短

距離、長距離の各担当コーチを中心に
行われ、ナショナルチームメンバー以
外の選手が上位入賞した場合には、そ
の担当コーチも選考会議に参加する事
ができ、他競技からの転向選手も含め、
全ての選手に平等な選考を心がけてい
る。

⑥ コーチングスタイル

アメリカのスピードスケートは過去
5大会（1984年～1998年）、14年間で
延べ10個のメダルを獲得してきたが、
2002ソルトレークシティー冬季オリンピッ
クでは自国開催で多くの国民の声援を受
けた事もあり、予想以上の飛躍をみせ、
過去のメダル獲得数を大きく上回る、1大
会で8個のメダルを獲得した。

オリンピックという様々な重圧のかかる大舞台で自らの力を最大限に発揮する事は非常に困難であるが、アメリカ人選手達はその重圧を自らの力に変え、まるで楽しんでるかのよう次々とメダルを獲得した。

私はアメリカ人選手がどのように重圧のかかるオリンピックなどでその選手の力を最大限に発揮させているのか、また日本人選手とは違い自己主張の強い外国人選手をどのようにコーチングしているのか非常に興味を持っていた。

そこで常時数カ国の選手が属しているハイパフォーマンスチームのコーチであり、2002ソルトレークシティー冬季オリンピック女子500mで銀メダルを獲得したドイツの女子選手や同オリンピック男子1500mで金メダルを獲得したインラインスケートで世界チャンピオンの経験もあるアメリカ人男子選手のパーソナルコーチでもあるバート氏の下で、彼のコーチングスタイルやコーチングテクニック、選手とのコミュニケーションの取り方などを観察した。

選手達はトレーニング方法やスケーティングテクニックなどに各々の意見や考え方を持っているため、バート氏は毎週月曜日に選手1人1人とミーティングを行い、お互いの意見や考えを言い合い、その選手にとって最良のトレーニングメニューとトレーニングスケジュールを打ち合わせる。

よって、選手はトレーニングメニューの趣旨を理解・納得した上でトレーニングを開始するため、意識を高く、集中力を持続してトレーニングを行う事ができる。

選手への接し方は性格や実績などによって変化させているが、簡単に分類するとジュニア選手や実績・経験の乏しい選手には指導的な立場でスケーティングテクニックやトレーニング方法、スケートへの意欲付けや用具・環境選択に至るまで彼の意見を強調しながらコーチングを行っている。

しかし、日本のように厳しく指導する事はせず、ジュニア選手や経験の乏しい選手にはスケートを楽しむ事を伝える指導が最優先される。

ベテラン選手や実績のある選手にはその選手の意見や考え方を重視しながら、彼の意見を沿えてアドバイザー的な存在としてコーチングを行っている。



毎週月曜日に行われる個人ミーティング中のバート氏⑥とジュニア選手⑥



彼らは世界のトップを目指す選手達であるため、アドバイザー的な存在でありながらも、トレーニング中の雰囲気には緊張感があり、お互いに目指すものが一致しているからこそ厳しくもなり、時にはトレーニング中に意見のぶつかり合いが生じる事も珍しくない。

私が最も興味を持っていた重圧に強い選手育成・強化方法についてバート氏、およびU.Sナショナルスプリントチームコーチのライアン氏（Ryan Shimabukuro）に話を聞いた。

この点について、彼らは以前から心理学などを取り入れ、意欲的に取り組んでいるようだが、それが実際にどのような効果につながっているのかはわかっておらず、現在も専門家を交え研究中であるという。

バート氏、ライアン氏共に明白ではないが、インラインスケートからスピードスケートへ転向してきたインラインスケートの世界チャンピオン達の影響が大きいと考えている。

彼らはインラインスケートという世界で世界チャンピオンに輝いているため、勝利に対し貪欲であり、アスリートとして、世界を制した者としてのプライドが非常に高く、トレーニングでもレースでも負けず嫌いを露骨に態度に現してくる。

彼らは「オリンピックで金メダルを取る」「世界記録を出す」「どんな相手でも自分が負けるはずがない」などの発言が多く、常に強気の姿勢は今までスピードスケートの選手達に欠如していたものであり、インラインスケート選手のこういった姿勢がロングトラック選手へ浸透し、2002ソルトレークシティー冬季オリンピックでのメダルラッシュにつながった可能性も高いという。

また、ジュニア選手や経験の少ない選手達がオリンピックメダリストや様々な競技で世界を制した選手達と共にトレーニングを行う事で、彼らの経験談や努力・苦労話を聞き、直接指導を受ける事で彼らを身近に感じ「自分もそうなれる」という自信が生まれ、彼らを自らの目標として追いかけて、乗り越えようとする姿勢が現在のアメリカの選手強化の姿であると考えられる。

重圧に強い選手の育成・強化方法は世界中のコーチが目指している事であり、私自身も今後スピードスケートに携わっている限り無視できない課題であると実感している。

よって研修は終了したが、研修期間中に浮き彫りになった課題については今後も追求していく必要があると考えられる。

⑦ トレーニング

現在のアメリカ選手の多くは標高1300mに位置し、男女11種目中9種目の世界記録を作り出した世界最速屋内リンク、ユタ・オリンピックオーバルにて5月から翌年3月まで1シーズンを通して陸上・氷上トレーニングを行っている。

当然の事ながら屋内高速リンクでは標高1000m以下の通常のリンクよりも滑走速度が速くなるため、より高度なカーブワーク技術が要求される。

よって、ブレードの操作技術や重心移動の感覚の習得などのため、オフ・シーズンにはショートトラックでの氷上トレーニングを積極的に取り入れており、ト

レーニングメニューについても体力強化とテクニック向上のバランスに注意を払って組まれている。

ショートトラックでのテクニックトレーニングの効果は絶大であり、ロングトラックでの本格的な氷上トレーニングに移行しても動作や記録となって表れてくる。

選手の高速滑走でのテクニック向上に伴い、コーチの技術指導も向上し、高度なスケート指導を行っている。

また、ここ数年インラインスケートの世界選手権覇者などが続々とロングトラックに転向してきているが、彼らはレースやトレーニングの大部分はストレート滑走であり、スピードスケートの常識では考えつかないストレート滑走のテクニックをもっており、ロングトラックのアメリカ選手はショートトラック出身選手からカーブワークテクニックを、インラインスケート出身選手からはストレート滑走テクニックを学んでいる。

コーチ達もショートトラックやインラインスケートから転向してきた選手から多くの情報を得る事により、より高度なテクニックの指導を可能にしている。

体力強化においても、中・長距離選手は持久的能力が非常に高いインラインスケーターを先頭にトレーニングの量もオリンピックシーズンが近づくにつれ、徐々に増してきている。

他競技からの転向選手達により、より多くの情報や刺激を受け、お互いに良い意味での相乗効果が生まれている。

この研修で私がお世話になったハイパフォーマンスチームの1シーズンの動きは、3月下旬のシーズン終了後、5月までの1ヶ月間選手達は実家へ帰省し、旅行や趣味などに時間を当て各自でゆっくりと休養をとっている。

コーチも同様に休養をとるが、4月中旬頃からそのシーズンのトレーニングスケジュールを作成し、合宿・遠征などの手配を行う。

5月初旬からナショナルチームに選抜されたメンバーとそれ以外のメンバーとに別れ、新たなチームを編成し、トレッキングや球技、ロードなど精神面をリフレッシュさせながら基礎体力を養うトレーニングメニューを中心にそのシーズンのトレーニングが開始される。

6月から8月までの3ヶ月間はジャ



ショートトラックでの氷上トレーニング風景



100マイルロード風景。㊦インラインスケート出身Chad HEDRICK選手



ンプトレーニングを中心にロードの距離も100マイル（約160キロ）まで伸ばし、インターバルランニングやスプリントダッシュ、ウエイトトレーニングにスライドボードなど、陸上では多種目のトレーニングを行い、氷上ではショートトラックとロングトラックを週に2回ずつ程度行い、テクニックの向上を図る。

この時期になるとトレーニングの質・量共に増加するため、厭きやすい性格のアメリカ選手のトレーニング意欲持続策として、1週間のトレーニングの配分を若干その選手の希望に合わせて変更される。

9月・10月は10月下旬のワールドカップ前半戦の派遣選手選考競技会に向け、陸上トレーニングの量を減少し、週に5回から7回程度レースに近いラップ・距離で氷上トレーニングを行う。

10月下旬と12月下旬に行われる選考競技会で上位入賞し、派遣選手に選考されればナショナルチームのメンバーとして遠征する事ができる。

11月から3月までのトレーニングはユタ・オリンピックオーバルをベースに行うが、各自の出場レースに合わせてスケジュールは組まれる。

⑧充実した医・科学サポート

U.Sナショナルチームの医・科学サポートのうち、医学・理学療法士・科学・栄養学は「TOSH」という施設がスポンサーとなり、U.Sナショナルチームに対し専属ドクター、専属トレーナー、専属栄養士、ユニフォームの開発、トレーニング方法の研究・指導などの技術提供を行っている。

これらの医・科学サポートを一つの施設で統一する事により、コーチを含め選手をサポートするスタッフ間の情報伝達が正確で迅速になり、コーチが選手の状況を把握しやすくなり、個人の特徴に合わせたトレーニングが可能となった。

また、ナショナルチーム専属のドクターとトレーナーが常時トレーニングに帯同する事により怪我や故障の予防



ユタ・オリンピックオーバルが「TOSH」に場所を提供しているリハビリテーション施設



手前④「TOSH」受付窓口。手前⑤診察室。中央奥はユタ・オリンピックオーバル事務所



体力測定風景。測定者は2002ソルトレークシティー冬季オリンピック男子1500m金メダリストDerek PARRA選手

や早期復帰、トレーニング中の血中乳酸値測定や血液・尿検査などを定期的に行える事により個人の身体的特性や強化すべき点を的確に把握でき、効率の良い選手強化が可能となっている。

充実した医・科学サポートはナショナルチームのみならず、ハイパフォーマンスチームに所属しているアメリカ選手やジュニア選手、諸外国からの選手にも「TOSH」が直接スポンサーとはなっていないが、ユタ・オリンピックオーバルが施設の一部を「TOSH」の営業場所として提供する事により、低料金で診察・治療、マッサージなどのサポートを受ける事が可能である。

経済的に負担のかからない低料金で治療やマッサージ、測定などの機会を与える事により、ナショナルチームに選抜されなかった選手やジュニア選手達も定期的にご利用する事ができ、それにより将来ナショナルチームに選抜された際に数年前からの測定記録などを基にその選手の特性をコーチが把握する事ができる。

(4) 研修成果の活用計画（研修を終えて）

この研修を終えて日本に帰国後、これまで2名のオリンピックメダリストを輩出した名門実業団チームでのコーチングの機会を与えて頂く事ができました。

企業スポーツが厳しい状況にある中でコーチとして受け入れて頂いた事に感謝しつつ、2002ソルトレークシティー冬季オリンピックの際に複数のメダル獲得に成功したアメリカチームの下で学んだ多くの事を活かし、また日本選手向けにアレンジを加え、広い視野で日本のスケート界を見つめ、今後のオリンピックでのメダル獲得に貢献できるように選手強化に努めていきたいと思えます。

また、研修期間中に解明できなかった課題については今後の実践の中でも継続して追及していきたいと考えています。

最後に、最高の環境の中でコーチング研修を行える機会を与えて頂いた日本オリンピック委員会、日本スケート連盟、受け入れに際し多大なご協力を頂いたU.Sスケート連盟、ユタ・オリンピックオーバル、その他関係者各位の皆様にご心から感謝し、今後の日本スケート界の更なる発展のために貢献していきたいと思えます。