

2016-2017 season

Circle for Elegant Ski

SPUR

はじめに…



こんにちは、第 51 代渉外部の中村と申します。「SPUR」とはドイツ語で「スキーの滑った跡」という意味のほかに「軌跡」という意味もあります。

今年度も 2~4 年生には SPUR と題して、昨年度の軌跡をたどっていただきました。SPUR を書くことによって、各々自分の考えが整理され、昨年度の反省から今年度に向けてなにをしていくか、はっきりと見えてきた方も多いのではないでしょうか。

部員によって、スキーの技術に関すること、内面的な考えなど、書いていることは様々ですが、スキーに対する熱意がこもった文章が感じていただけたと思います。

今年度も 1 年生がたくさん入部してくれたので、ぜひ先輩達の SPUR を読んで、スキーに対する、エレに対する思いを感じてみてください。

この SPUR は部員一人一人が一生懸命書いたものです。しっかり最後まで読んでいただければ幸いです。

2016 年 6 月
第 51 代執行部渉外担当
中村 結衣

<4年目>

第50代会長 栗城 広賢



今年度の SPUR を書くにあたって、昨シーズンを振り返ってみようと思う。

まず第一に昨シーズンは執行部、そして部長という立場で迎えたシーズンであり、昨年の SPUR にも第一の目標として書いた岩岳男子総合優勝を果たせたのは本当に嬉しかったが、それ以上に安心した気持ちが大きかったのが本当の気持ちである。オフシーズン、シーズン問わず各合宿や練習会等で技術的なご指導をいただいたコーチの方々、また様々な形で部の活動をサポートしていただき、年間通して部を応援して下さった OB.OG の方々にこの場を借りて感謝の気持ちを述べようと思う。本当にありがとうございました。

総合優勝を果たせた昨シーズンではあったが、個人の成績を振り返っていくと、岩岳の個人戦は 112 位という成績に終わり、個人の目標としていた 50 位以内とは程遠いものになってしまった。選考会も 15 位で団体にも入れず、部長という立場でありながら、スキーの実力という面では何一つ部を引っ張ることができなかったシーズンだった。

ただ、そんな結果を出せなかったシーズンの中であっても、スキーに対する考え方は大きく変えることができたかなと感じている。師匠という立場で教えるようになり、またそれ以外でも後輩に指導することが多くなった 3 年目になって初めて、考えながらスキーをすることを実感できた。2 年目までは自分なりの感覚だけで滑っていた所から、ある程度理論的なことを少しずつ考えながら滑るようになってきたことで、その感覚を言葉とか理論の形で伝えることができるようになってきた気がする。しかし、特に自分の苦手種目であるコブに関しては、技術も理論もまだまだなのでオフシーズン通して勉強していこうと思っている。

先ほども述べたように、昨シーズンは執行部、そして部長という形で部の運営を担い、その前の 2 年間とは比べ物にならないくらい濃い 1 年を過ごせたと実感している。前に立って引っ張るタイプではない自分にとって、時には自分の代わりに声を出して引っ張ってくれたり(進藤とか)、時には冷静な意見をくれた(割田とか)同期たちには頭が上がらない。ミーティングの気だるさとか運営の大変さを人一倍に痛感したシーズンだったが、そんな役割からも解放されて、4 年目の今シーズンはもっと心の余裕を持ちながらスキーできるのかなーと、これまで以上にスキーシーズンを待ちわびる気持ちが大きい。

最後に、今シーズンの目標についてだが、やはり岩岳の優勝に貢献することは大前提として、昨年はその壁を痛感したスーパーシードを獲得したいと思っている。また昨年は初出場であった札幌予選も通過できなかったのも、道大会出場も果たせるように頑張っていきたい。昨シーズン弟子だった 2 人とはこれからは同じ舞台上で実力を競うことになるので、後輩たちの勢いにも負けたくないようにしていきたいと思っている。

荒島 洸樹



まずは、執行部を1年間終え、ひと段落という状況です。昨年を執行部という立場で振り返ってみると、50周年式典があったり、エレの公式行事でない時間が忙しかったり、後輩を引っ張っていかなければならなかったりと大変でしたが、男子は見事岩岳で総合優勝し、5連覇することができました。学連役員として振り返ると、エレだけでも大変だと感じつつも庶務の仕事を全うし、夏レクの雨天中止を除けば、すべての行事を滞りなく終えることができたと感じています。

個人としてはオフシーズンでは、エレの活動は例年通りという感じでしたが、エレ以外の学連行事やオガサカの行事等に関しては例年よりも積極的に参加できたと感じています。シーズン中については、過去3年間で最も選手モチベのない年であったと感じています。考えると、滑走日数も3年間で最低を記録したと思います。また、滑りが大きく変わった年でもあると感じます。

昨年度を振り返るよりも、今年度について考えたいと思います。まず、4年生ということで暇な時間は格段に減ります。また、岩岳にも参加できないことも予想されます。そのため今までの岩岳とは違うモチベーションを探さなくてはならないと思いますが、まだ見つかっていません。目標については昨年の滑走時間を上回ることにしたいと思います。

飯田 達郎



執行部として過ごす一年は(楽観主義な自分でも)どこか息苦しくてなんとなく歯切れの悪いものでした。これまで楽しみまくっていた俺らの代にとって、部を引っ張って行くということは立場が180度反転しているので、ある意味仕方ないことなのかもしれません。

毎年思っていることではありますが、本当に同期に恵まれたということを再確認する一年になりました。日をまたいで行われるミーティングの間にレポートを書き上げていても話を進めて仕事を片付けてくれる。アイデアを出してくれる人がいて、アイデアを盛り上げてくれる人がいて、はみ出したらブレーキをかけてくれる人がいる。行事を進めるにあたって当日直面するであろう問題点を見つけ出してくれる人がいる。事務仕事を迅速にこなしてくれる人がいる。誤解を恐れずに言うならば、この代はスキーは下手だけど頭はいい。同期には本当に助けられました、ありがとう。

執行部を一年やるとエレの強みも弱みもたくさん見えてきます。これから執行部になる後

輩たちには改善できると思ったことは自信を持って変えようとしてほしいです。エレがこれだけ大人数の団体になったのはそんな最近の話ではなく、エレを取り巻く環境も毎年変わっています。「自分の代の色を出せ」と言われるあまりに当たり障りのないところで新案を打ち出すのはやめましょう。大船に乗るのは簡単で、自分で舵を切るのは難しいです。けれど同期だけ、自分だけが乗る小船の舵なら思い切りよくきれるはず。今や60人以上が乗る大船、その舵を切るのは大変なので、とりあえず転覆しないように操るのが執行部の仕事だと僕は思っています。

エレの強みはこれまでに築き上げてきた人脈、これは他のどのスキー部にも自慢できる点だと自負しています。多忙なスケジュールの間を縫ってご指導くださるコーチの方々、学生の無理な要望にも応えてくれるショップのみなさん。エレに関わってくださる多くの方を通じてチームやスクールとも強い繋がりががあります。今後の執行部にはなるべく自由に運営してほしいですがコーチには失礼のないように、俺が言うのはそれだけ。後輩のみんなはエレのもつ人脈を積極的に活かしてください。その積極性がまた新たな人脈を生むので。

SPUR と言いながらあまり軌跡については触れていませんが、SPUR を書くのも(恐らく)最後になるのもこれで許してください、三年間の軌跡です。今シーズンの振り返りは Facebook で。最後に、先輩方には一年目で辞めると思っていた僕も気づけば四年目。ここまで来れたのは同期のおかげです。今年度からは忙しくなりますが、それでも同期と楽しく過ごす時間をなるべく作ることに、これが僕にとっての大きな目標です。

柿澤 宏昭



エレガントスキー部4年目を無事迎えることができました。同期の皆さん、今までありがとうございました。素晴らしい日々であったと思います。

気づけば4年目となってしまいました。まだまだ未熟で、私が入部した当時の4年目の方々の様な存在に成長できたとは到底思えません、最高学年としての身の振り方に気をつけたいと思います。

ところで、SPUR を書くにあたって簡単に昨シーズンを振り返ってみました。大学3年生となり、勉学に本格的に打ち込む学年になったことが大きな変化でした。研究室に配属され、2年生のときよりもスキーに時間を割くことが難しくなり、結果から言えば2年目と比べて滑走日数は半分程となってしまいました。なので、量より質を求めるシーズンであったといえるでしょう。

質を求めるために、自分の体と向きあいながら自分にあった練習スタイルを考えていました。そして考えた結果得られた答えは「遊ぶ」でした。「遊ぶ」と聞くと誤解を招いてし

もうかもしれませんが、私の言う「遊ぶ」はスキーを自在に扱うということです。スキーに乗って雪上を自由自在に駆け抜けることが私の理想のスキーです。この理想のためにスキー場へ赴く日々を過ごしていました。

しかしながら、高々2年スキーに打ち込んだところで得られるものは多くはありません。たとえ多くのもを得たとしてもそれを的確に上達へと繋げるための方法を知りませんでした。3年目となり自分だけでなく後輩を育成する立場となったため、体感を理論へと変える必要も出てきました。そこで、自らの考えと現実の差異を確かめるため全日本スキー技術選手権大会北海道予選大会への参加を決めました。

小樽予選を通過し、北海道大会の予選まで滑ることができましたが、当然ながら決勝を滑ることは許されませんでした。しかし、上級者との違いを肌で感じることはできたのは非常に良い収穫でした。同じ地に立ち、同じ状況下で競い合うことで得られた経験は私のその後のスキーへ取り組みを大きく変えてくれました。自分の未熟さ故、弟子たちに還元しきれなかったことが心残りです。またスキー場で会うことがあれば老婆心ながら何か手助けができたらな、と思っています。

競技としてスキーへ打ち込む生活を続けるかどうか非常に悩ましい限りですが、初心に戻りまたスキーを楽しむことからシーズンを迎えられることを心から願っています。具体的な目標はまだ決めかねているため、オーンズキッズやマコジュニに負けないぐらいの活気と4年目としての謙虚さを忘れずにスキー場を駆けぬけることを目標とさせていただきます。

最後になりますが、昨シーズン共に滑ってくださった方々には感謝を。来シーズンもなにかとお世話になることもあると思いますので、その際はよろしくお願い致します。たまには練習を忘れてひたすらにスキーを楽しみたい方は是非、共に滑っていただける日を楽しみにしております。

定 尚輝



毎年 SPUR を書く時期になると、改めて思うが、、、スキーしかないのだと (笑)
今年に関しては、12月から2月までほぼノンストップで滑ることができ、幸せであった。昼頃から夜近くまでスキー場にいる毎日を過ごしたおかげで、「スキー場の主」と呼ばれたこともあった。滑走日数を数えてみたところ120日は超えたのではないかと思う。こんな感じで毎年 SPUR の書き出しは悩まされる。

1年間を振り返ると、3年目は執行部として部活をひっぱっていく立場になったが、同期に恵まれたおかげで、仕事をせずに自由に過ごすことができた。このことに関しては、同期

に心から感謝している。「ありがとう」

毎日のスキー生活を振り返ってみると、3年間「ただただ楽しむだけ」を目的に過ごしてきたが、一番大事なことだと個人的に思っている。飽きることもなく、嫌になることもなく、後悔せずに過ごすことができた。ただ自分は、雪の状態が悪いとすぐに帰ってしまうことから、やはり enjoy スキーヤーだと思う。笑

本音を言うと、大会で成績を出すことに微塵の興味もない、もはや大会に出ることにすら興味がない。こんな感じで過ごしてきた、自分がスキーの何に興味や楽しみを見出しているのかと考えてみたところ、いろいろなことを試し、試行錯誤している瞬間が楽しいのだと思う。これが結果的に上達につながればいいなぐらいで考えている。

3年間過ごしてきた得られたものが二つある。一つは、もちろんスキーの楽しさ、もう一つは、同期の存在である。1、2年目の時は、正直さほど感じなかったが、3年目を終えると、同期の存在の大きさを感じている。同期全員スキーをしている目的や目標は違うと思うが、何とか一つの目標に足並み揃えて努力してきたことは貴重な経験となった。

最後に、後輩へ、とりあえずアドバイスをすると、学生最後の部活になると思う。そこで、当たり前だが「楽しむ」ことを忘れないで欲しい。うまくなることや成績を出すことに目が行きがちだが、大事なことは当たり前のことを当たり前だと思わないこと。

受け売りやけどね（笑）

それがスキーの上達や同期への感謝につながると思います。

3年間、スキーを教えて頂いた先輩、コーチの方々には、感謝しております。
ありがとうございました。

佐藤 悠佳



去年は執行部として、文字通り「駆け抜けた」一年間だったように思います。一緒に活動してくれた同期には感謝してもしきれません。また、シーズン中に限らずオフシーズンから様々なご指導をしていただいたコーチ、先輩方にも、厚く御礼申し上げたいと思います。

去年のはじめ、執行部になるにあたって考えたことは、今年一年間できる限りの時間と気力をエレに費やすということです。今までの調子で三年目を迎えるだけでは執行部としては不十分だと考えたからです。また、私は技術的な面で引っ張ることは出来ない分、せめて精神的な面でリードしたりサポートしたりしていきたいと思っていました。

オフシーズンは、今年からチームに入れていただいたこともあり、今までで一番充実していたと思います。また普段のトレでも、後輩に指導しながら動くことで、改めて自分の動き

を見直すこともできました。

シーズンに入ると、今年から師匠になるということもあり、基礎練からしっかり考えながら滑ったことが結果的に自分の成長に繋がったと思います。師匠をやるとどうしても自分に割く時間が減りますが、教えることで気づけることもあり、少なくとも私には必要なものだったと思います。頼りない師匠ではあったが、最後まで慕ってくれた弟子には感謝しています。来シーズンは怪我なく最後まで滑り切れよ。

選考会では、正直不甲斐ない結果でした。そこからはとにかく必死にスキーと向き合いました。自分自身に余裕がない中で、どのように後輩を導けが良いか悩んだこともありました。最終的に個人の結果としては、岩岳大会 81 位、朝里大会 20 位。去年の成績と比べると、努力が結果として現れたのではないかと思います。満足したというわけではありません。岩岳大会ではスーシーを取りたかったし、朝里大会の決戦は情けないものでした。また、女子総合 5 位というのはとても悔しい結果です。もちろん自分の実力不足もありますが、執行部として後輩をしっかり導けていただろうか、と今になって反省することも多いです。

来シーズンの目標や改善点などは技術論の方に任せたいと思う。ただ、四年目をやるからには、今までの経験などを後輩に伝えて行けたらと思う。

進藤 匠



SPURということなので、いろいろと反省していきたいと思います。

執行部について。

今年一番思ったのは、いろんな人がいていろんな考え方の人がいるってことです。めちゃめちゃ当たり前のことなんですけど、意外と忘れがちになってしまいます。執行部として、岩岳優勝っていう目標をおいて今シーズンは始まりました。優勝を目標って言っても、その目標を達成するためのアプローチの仕方は人それぞれです。自分の実力を上げて背中で語る人、部の運営をしっかり行うことに力を入れる人、様々な方法で部員たちのモチベーションを上げようとする人、ちょっと引いたところから客観的に見ている人、自由にやっている人、楽しんでいる人、全部頑張る人、などそれぞれの考えるやり方で優勝に向かってそれぞれが頑張っていたと思います。方法は違ってみんな同じ目標に向かっていく、これが組織なんだなと感じました。だから、意見が対立することも当然あって、別にそれは悪いことではないんだろうなとも思いました。これから執行部をやる後輩のみんなは、このことを忘れないでほしいです。

そんな中でもうちの同期は、空気を読む、大人な人が多かったかなと思います。僕はそれに

甘えて、わがままを言ってしまったことが多々あったと思います。大変ご迷惑をおかけしました。本当に感謝しています。ありがとう。

スキーについて。

今シーズン、一番失敗したなと思ったのはいろんなことに手を出しすぎたなということですね。いろんな人の意見を聞きなさい、というのは、自分に合った滑り方を探すためであって、自分に合う滑り方を見つけたならばそれが体に染みつくまで練習するべきだったかなと後悔しています。この滑り方なら自信をもって滑ることができる、という滑りを一つだけでも持っていることと持っていないのでは大きく違うことは、大会で思い知らされました。来シーズンは、こういった反省を踏まえて、メンタル的にも滑り的にも芯のあるスキーヤーになりたいと思います。

弟子について

今シーズン一番やっていてよかったなと思ったことが師匠でした。とても楽しかったし、自分自身とても勉強させてもらいました。個人的には、素直な姉と頑固な妹の姉妹を見守る父親みたいな感覚でした（笑）

正直、メニューもその場で考えることもあったし、大体同じことを言うテキトーな師匠だったと思います。こんな感じだったけど、今シーズン付いてきてくれた二人には本当に感謝しています。ありがとう。たぶん二人は自分の結果に満足していないと思うけど、間違いなく成長しているので安心してください。そして来年からもっと成長してください（笑）。また来シーズンも一緒に楽しく滑ろう！笑

最後に

今シーズン関わってくださったすべての人に感謝しています。ありがとうございました。

高山 岳



一年間を振り返るにあたって大きく三つに分けて書いていこうと思う。

まずは執行部について。

三年目になり部を引っ張る立場、さらにはトレ部長という役職につき、やってやろうという気持ちと自分で務まるかという不安な気持ちが半々だった。オフシーズンに入りトレが始まっても本当に優勝するためのメニューを行えているのか、正しく言いたいことが伝えられているのか悩むことが多かった。体力的に厳しくなる二月の練習も乗り切れるような体

を作るトレメニューを意識してきたつもりだったが、けが人が出てしまい申し訳なく思っている。岩岳大会が終わって結果だけ見れば良かったように感じるが一年を通してもっと周りを見ることが出来れば良かったな……。今年は広い視野を持ち、自分にできることがあれば積極的に動いて執行部の手伝いが出来ればいいと思う。

次に個人について。

個人戦の結果は 91 位と目標にしていた 50 位に遠く及ばなかったが、個人的にはすべての力を出し切れたので満足している。正直、大会中も含めて今年は優勝できないのではないかと何度も思うことがあった。しかし、それで返って「今やれることをやるだけだ」という気持ちになり、予選から一本一本を楽しみながら滑ることが出来た。それが結果にも表れたのだと思う。シーズンを通してロング系種目が苦手だったが岩岳に着いてからようやく形になった。樽予でロング系種目のせいで 1 点たりずに道予に出られなかったりコブ練の時間に一人だけ大回り練習をさせられたりしたのも笑い話に出来そうである。

そして弟子について。

初めての師匠で二年の弟子を持つとは思っていなかったのが師匠希望が来たときはかなり驚いた。正直自分が何を教えたいかすら定まりきっておらず弟子から学ぶことの方が多かった気がするが二人とも知らないうちに上手くなっていったのでうれしく思う。来シーズンは自分の順位を軽々と超えて行ってほしい！

最後に……

思い返せば反省点ばかり浮かんでいますが執行部としての一年間をやりきれたのは周りの人に恵まれていたからだと思います。

先輩方に頼り、同期に支えられ、後輩達に助けられた一年間でした。

関わってくださった全ての方に感謝します。ありがとうございました。

中光 大輔



昨シーズンを振り返って思うことはただ一つ！本当に優勝できてよかった！序盤の札幌予選までは思ったような結果が出なくて辛かったけれど、最終的に団体として優勝できて本当に良かった。自分的には個人の成績よりもエレの団体としてのことを 1 番に考えてきたということもあって、優勝が決まった時は感極まって泣いてしまった（笑）。

4 年目の来シーズンはおそらく研究室等の関係でなかなかスキーに行けなかったり、岩岳に出れなかったりすると思うので、総合 6 連覇の夢は後輩に託すつもりでいる。もちろん 4 年目としてできることはなるべくしていきたいけど。後輩達には、やるからには我武者羅に

なって練習してほしいと思うし、結果が出なくてもいつか必ず報われると信じてやってほしいと思う。

以上

矢野 健太郎



この SPUR を書くのも 3 回目ということで、改めて自分が 4 年目なのだと実感させられます。エレの部員として活動してきた 3 年間はとても濃く・長かったように感じていましたが、こうして振り返ってみるとあっという間に過ぎてしまったなという印象です。色々と書くことは沢山あるのですが、あまり口数も多くない性格ですし、SPUR は簡潔にいきたいと思います。

<昨年を振り返って>

昨年から師匠として弟子の公式練のメニューを考えたり、滑りの特徴を把握したりといった仕事が増えたことが、自分にとってやり甲斐に繋がっていたなと思います。弟子が一人辞めてしまった時は相当ショックでしたが、スキーを基本的なことから見つめ直したり、自分以外の滑りの改善点を必死に探したりする経験は、おそらくスキー技術の向上に決して欠かせないものなのだと感じました。

また、昨年度も岩岳大会にはサポートとして参加しましたが、おそらく私は選手としてではなくサポートとして参加した方が部に貢献出来る人間なのかなと薄々感じております。というのも私はメンタルが弱い上に本番にも弱く、未だに大会バーンの上に立つと脚の震えが止まらないんです。その一方で、選手たちの士気を高めていったりだとか、思った通りの結果が出ない選手を励ましたりだとか、そういったサポートとしての仕事に誇りと熱意を持って取り組むことが出来たのではないかと感じています。エレは全員が選手を目指して活動する部活ではありますが、そういった人間も一部いることをご理解いただけたらなと思います。

ただ、今年度は弟子に「選考会で勝負だ」と既に宣戦布告されていることもあり、現役のうちには彼に負けたくないのです。就職活動が終わり次第、部活動に専念したいと思います。そして、今年度は残った同期たちと一緒にいられる時間を大切にしながら活動をしたいです。

山口 奈津子



16-17 シーズンは執行部として臨んだ年であり、オフから、自分の中でのエレの占めるウェイトは例年よりも大きかった。(というか、第一優先だったかも…。) チームにも入ってレベルの高い選手たちに圧倒され、たくさん増えた他大の知り合いや友達も上手い人たちばかりで、すごいなあと感心すると同時に、見ているだけの自分が情けなくも感じていた。そんなシーズンだった。

執行部、つまり引っ張る立場であることは、スキーに注ぐ動力源であり負担でもあった。ほぼ毎日練習してもそう簡単には上達しないし、小樽予選も選考会も、直前の練習で良かった感覚が本番で全くできなかつたり。気持ちばかり焦って、結果が出せず、さらに焦って、実力で先導できないことが情けなくて……。最後までずっとそうで、その点においてはメンタル的に辛いシーズンだった。

岩岳に関しては特に、意気込んでいただけに、後味の悪い大会となってしまった。選考会から日々感じていた自分の実力不足がそのまま個人戦の結果になって、ローテやら何やらのせいにもしたくないし…。大会期間中、日ごとに、試算を更新する度に目標が遠のいて、その中で自分の結果も情けなくて、かなり精神的に参っていた。個人戦のあと、団体こそはと思って臨んだが、これも規定で心を折られた。最後まで頑張るしかなかったけれど、正直、周りが眩しくて辛かった。大会の最後のほうはずっと、そんな感じで悔し泣き(?)ばかりしていた気がする。

団体は、今年もトップをやらせてもらえることになって、唯一の同期女子(!)である悠佳とも同じチームになって、今年こそ4人で表彰台!と意気込んでいた。しかし、経験者と初心者が半々で、それが気持ちの面での差になってしまった。一本滑りきる意地、踏ん張り、みたいなどころで大きな差が出てしまって、実力はさほど変わらない4人でも、最後までうまく合わなかった。それは、どうしたら良いのか分からず終いで、上手く先導できなかった自分にも責任があったと思う。

総じて、自分が頑張るだけではなく、まとめて引っ張っていくということの難しさを感じた年だった。

…と、負の面ばかりが出てきてしまうが、良いことも勿論あった。今年は春こぶも沢山滑れたし、こぶが好きになった。岩岳でも、脱レーンしたのにこぶだけは点数がよかった。来季の課題はやはり小回りだけれど、ハイシーズンにもこぶを得意種目として滑れるようにしたいと思う。それから、ここまで散々書いたが、岩岳を良い思い出にして現役引退することを目標にしたい。

割田 翔太



昨シーズンを振り返ってまず一番に言いたいことは、大きなけがもなくシーズン終わるまで滑りきれたことがまず一安心である。そして、滑り切ったシーズンの中で、共に執行部を頑張ってきた同期、たくさん指導してくださった諸先輩方、下から突き上げてくれた後輩、オフのトレーニングからハイシーズンまで見てくださったコーチの方々に大きな感謝を伝えたい。

全体としては、結果的には男子は岩岳総合5連覇、団体2連覇を達成することができた。スキーがぶっちぎりでうまかった世代が抜けて、また他のクラブに比べて上のレベルの層が薄いという中で、総合優勝できたということは大きな意味があると思う。最初同期と話し合って、岩岳優勝に向けて必要なエレらしさというものを発揮できたのではないかと思う。執行部として部を振り返ってみると、やはり至らない点が多々見つかるが、優勝まで信じて付いてきてくれた後輩たち、お手伝いしてくださった一つ上の先輩方にはふがない気持ちでいっぱいだが、本当に感謝している。今までエレにお世話になってきた分、今年は執行部として頑張って運営していこうという気持ちが大きかったが、この大所帯の団体で周りに助けられて一年間終えた印象である。まだまだ恩は返しきれてないので、来年度も頑張っていきたいと思う。

個人としては、もっと行けたのではないかという気持ちはある。昨年度はケガからも完治し、弟子を持つ立場として、2年生のときのような体たらくはさせないなという強迫観念があった。実際、3年間で一番滑り込んだ。しかしながら、オフシーズンから後輩たちに見本を示せるような先輩でいれたかは、僕の肉体を見ていただければ分かるでしょう。そんな中で技術部という仕事を任されたので、スキーの理論は今まで以上に考えて、弟子には伝えられたと思う。話が長くて藻岩のシーズンには煙たそうな顔をしたのは反省点かな。幸いにも、トレーニング面では優秀な同期、後輩がいるので、1年生の滑れなかったシーズンを合わせるとほかの人の滑りは見込んでいるため、その点でアドバイスなどしていけたらいいかなと思う。人の滑りを見込んでいると言っておきながら、自分は大それた滑りはできていない。一昨年度よりは上手く滑れてはいるが、全種目において肉体的弱点が大きく見られた年だった。特に、樽予では通っていたが、札予では通らなかったのはその辺の雑さが出たのではないだろうか。岩岳の本選でもふがない点数をたたき出してしまったのは、猛省している。

師匠としては、新歓スキーで初めて板をはいた初心者を受け持つことになった。文句も言わずよくついてきてくれて本当に感謝である。やる気が十分に見られた分、その分に見合うだけ成長させられなかったのは申し訳ない。話が長いというのは徐々に直して行けたが、

最初は大変だったと思う。今まで師匠に教わってきたことをしっかり返せたのかは不安であるが、あの段階で自分ができることはやれたのではないだろうか。一緒に師匠をやってくれた同期には感謝してもしきれない。

来シーズンは、4年生として今までエレにお世話になってきた分を全力で返していきたいと思う。どれだけエレの活動に参加できるかわからないので、出れない分は自分に厳しく、参加したときは見本を示せるように努力していきたい。

最後の岩岳でも美味しい酒を飲んで、シーズン終わらせよう。

<3年目>

第51代会長 諸我 俊



<個人としての反省・目標>

目標；道大会決勝進出、岩岳スーパーシード獲得、朝里大会 15 位以内。

どうしてもスキーがうまくなりたい。結果を出したいという思いがあった。なので、オフシーズン中もスキーに向き合う時間を作るためにトレ、インラインに取り組んだ。シーズン中もたくさんスキーに行った。しかし、シーズンが終わってみると結果はついてきていない。

シーズンが終わってみて今感じるのは、ストイックを続けることの難しさだ。「できないこと」にぶち当たった時、その「できないこと」とうまく折り合いをつけて前を向いていくことは大事だ。しかし、昨シーズンはその「できないこと」から目を背けすぎたと思う。自分の滑りが変わらない原因のほとんどはその「できないこと」にある場合が多い。「できないこと」のせいで立ち止まってしまうことは良くないが、しっかり向き合うことも大事である。なので、来シーズンは去年よりも「できないこと」にストイックに向き合いつづけていこうと思う。

来シーズンは「力強い踏み込み」をひとつ軸にしてやっていこうと思う。

そして、来シーズンは師匠として初めてのシーズンという事もある。「弟子の成長は師匠の成長、師匠の成長は弟子の成長」をモットーにする。そして師匠としてのスタンスは、あえて、「ある程度押しつけがましく」でやっていこうと思う。弟子に伝えたいことをしっかり

りと伝えていきたい。

<チームとして、部長としての目標>

自分の今までは楽しむことばかり考えていたのだと今感じている。こんな自分だが、長としてチームを引っ張って行くという新しい経験がしたいと思って部長をやらせてもらっている。正直、今までの人生でチームやクラスのためにやる仕事など、しっかりやってきたと自信をもって言えるようなことは決してやってきていない身である。しっかりしているタイプでもない。だから、まずは70人近くいるこのチームの運営をできる限り不備なくしっかりと運営していくことを1つ目標にしてやっていきたい。

そして、もちろん優勝がしたい。

目的・目標のために、チームとしてどうするべきか、考え話し合っ、この一年間をチームのために頑張ってきたと自信を持って言えるような一年にしたい。しかし、自分は頭が固いので極端に変な方向に進んでしまっていたら執行部の誰か、方向修正してくださいお願いします。

もうすでにやりがいは感じている。今までの人生でこんなにも責任を感じて仕事をするのは初めて。それだけで自分にとってプラスになっているはずである。

執行部としてのシーズンをしっかりとやり抜いていきたい。

ここまで、あえて様々目標を書いてきた。今年こそは、行動・結果で示していく。

第51代副会長 伊藤 隼大



昨年は試練の1年となりました。

そして改めて分かったことがありました。それは、「努力は結果を出すまでやり続けること」です。

大会で思うような結果が出せなかったこと、選考会に通れなかったことで悔しい思いをしたことで、自分の中の何かが変わりました。

自分にセンスは無く、人より沢山努力をすることでしか、結果を出すことが出来ないということをお忘れのないようにして、今年は本気で自分と向き合っ結果を出したいと思ひます。今年ひ研究室も始まり、とても忙しくなると思ひますが、忙しいことを言い訳にせず、できる限りスキーに行きます。

今年ひスキーを出来るのが最後の年になるかもしれないからこそ、悔ひのない一年にしたいです。

今年の決意は以上です。

去年は結果は出せなかったものの、ほぼ毎日スキーに行ったことで、一昨年よりも多くのものを得られ、自分の課題も見つかりました。

今年のオフの唯一の目標を

「股関節、足首の可動域を広げる」

ということにしたいと思います。

ここが出来るとなれば、自分の滑りが大きく変わると信じて、真剣に取り組んで行きたいです。

また、オフのトレーニングでは、全員の見本になりたいと思います。

今シーズンが終わった時に、最高の一年だったと振り返るようにしたいですね。

小野 佳菜子



昨シーズンを振り返ってみると自分のふがいなさを実感するとともに、スキーに満足に行けず、迷惑をかけてばかりいた私を励ましともに頑張ってくれた仲間のおかげでここまで続けられたということに気が付く。1年目の時から振り返ると感謝の一文字しか思い浮かばない。エレという団体の中でなければここまでがむしやりに頑張ることができずに途中で挫折してしまっていたと思う。スキーが好きな気持ちと、部の仲間が好きな気持ちで私は頑張ってきた。技術面でもまだまだ及ばず、去年の目標も達成できなかった。女子の優勝が人数の面ではしっかり見える位置にいたのにもかかわらず、女子総合優勝に手が届かなかったのには本当に申し訳なさが募る。やはり私のような下位層が大きく点を伸ばすことによってエレとしての本領が発揮されると思う。丁寧に教えていただき、初心者からでもうまくなれる、そんなエレの本領を発揮していきたい。去年と同じ目標ではあるが、今年こそは絶対に達成したい。そのためにも今シーズンも最大限の努力をしていきたい。

昨シーズンは気持ち的にも技術的にもかなり厳しいものだった。個人的には2年生になってから入部したということで周りとのギャップに苦しむことは覚悟していた。それでも、なぜ私は18時まで毎日学校に拘束されなければならないのかと、そして週7でスキーに行ける同期との差が歴然と広がり、やるせない思いであふれていた。自分にはどうすることもできない制度に挟まれ、悔しい思いはいまだに残ってはいる。しかし、何度教えられても期間があいてしまい満足に成長しない、そんな私を見捨てず、根気強く教えてくださった師匠、そしてそれに付き合ってくれた兄弟弟子をはじめとして、たくさんの人に支えてもらったおかげで、心くじけずやってこられた。昨シーズンは、研究室に配属された直後ともあり身の振り方がわかっていなかったが、今シーズンは忙しいこともわかっているし、夏からのト

レに最大限の努力をしていきたい。エレ内のトレでもすべてに異常なモチベーションで臨み、余裕のある時にはスキーに対するイメージトレーニングもしっかりと作っていきたい。

北野 雄大



早いもので一年を振り返るのも、もう二回目となった。昨シーズンは札幌で現役として活動できる最後の年であったので、スキーに対するやる気は年中高かった。おかげで勉強がおろそかになった笑

そんなやる気に満ちたシーズン。大会の結果は悔しいことのほうが多かったように感じる。札予は完全に実力不足。個人戦選考会は通過できてとてもうれしかったが、同時にコブという課題も浮き彫りとなった。岩岳は残念な順位を取ってしまった。本当に申し訳ないです。朝里は何とか決勝には残ったものの最下位付近で争っていた。

出た結果が実力であるので、受け止めたうえで何が悪かったのかを考えてみた。

まず、コブから逃げていたことが最大のミスであったと感じる。コブの練習もしていたが、心のどこかでコブにビビっていて、気づけば整地に逃げていたように思う。こんな気持ちで練習していたらコブが伸びるはずもない。

次に挙げられるのが、オフから共通していたのだが、努力していた気になっていたことである。ただ単に筋トレ、体幹等をしただけで、自分ができていない動きに対する練習が甘かった。陸上でできないことは雪上でもできないということを甘くとらえていた結果であると思う。

こんな感じの昨シーズンの反省を踏まえて、今年は特にコブとオフからの体の使い方に注意していこうと思っている。

直す部分は多いが、それだけ伸びしろがあるということである。自分に足りない部分を一つ一つ潰していくことで必ず結果は出ると信じている。

今年の目標は岩岳スーシーと道予決勝とした。まだ到底手の届かない遠い場所であるが、だからこそ目指す価値があると考えている。

長々と反省を書いたが、悔しいことばかりでもなかった。相変わらずエレの活動は楽しかった。思えばこれが何よりのモチベーションになっていたと思う。岩岳は団体メンバーにとっても恵まれた。Bチと過ごす時間は常に楽しく、非常に良い雰囲気練習できたと思う。師匠や兄弟弟子にも感謝の言葉は尽きない。良い仲間恵まれたと感じることができた一年でもあった。

みなさん本当にありがとうございました。函館支部は元気にやっています笑

結構な頻度で札幌戻るのでその時は暖かく迎え入れてくれると嬉しいです笑

榊原 亜子



昨シーズンは苦い思いをした一年だった。それだけになかなか筆が進まなかった。(結衣本当にごめん。) まず、結果だけ振り返ってみると団体戦二年連続補欠、岩岳大会個人戦予選敗退という散々なものだ。さらに滑走時間も去年の2/3程度とかなり減ってしまった。勉強せずにスキーだけをしていられた一年生の時と違って学科はかなり忙しくなってしまう、さらに脚の怪我が邪魔をして長時間滑られなくなってしまった。昨年と大きく変わってしまったことは、スキーを楽しめなくなったこと。出来ない自分が嫌になり、同期との差に焦ってばかり。スキーを続ける目的を見失っていた。正直シーズン中はずっとスキーをやめようと思っていて、岩岳直前までどうするか迷っていた。そんなこともあって、100%全力でスキーに取り組めていなかったんじゃないかと思う。そして岩岳本番。私にとって初めての岩岳。結果はそうそうにでた。予選敗退。一年間、いや二年間自分が夢見てきた舞台はあっけなく終わってしまった。とても悔しかった。その日は一晩中泣いた。その日強く思ったことは「岩岳の屈辱は岩岳で晴らす」。そんな経緯で今年もエレを続けることにした。昨年一年間で学んだことは、自分のメンタルの弱さ。目標、結果に固執し目的を見失ってしまうことが多々あった。しかし、今年は部を引っ張っていく執行部でもあり、学連役員でもある。去年よりも責任という文字も重くなる。さらにシーズン前に抜釘手術を控えており今シーズンも厳しいシーズンになるだろう。なので、一番大切なスキーを楽しむということを忘れないようにしたい。また、胸を張ってやり切ったといえるようなシーズンにしたい。最後に、先輩方が築いてきてくださったこのエレガントスキー部に少しでも貢献できるよう努めていきたい。

椎名 彩



1年目より充実した冬だったと思います。滑走日数は105日。今年は量より質！と思って臨んだのもあって若干減りましたが、スキー後のストレッチやビデオを見て考えるのに時間を割いたので、スキーのことを考えている時間自体は1年目より長かったのではないかなと思います。

1年間を振り返ってみると、怪我が多かったという印象です。数えてみたら1年間で疲労骨折を4箇所やっていました。意味が分からないです。そのせいでオフトレは全然できなかったし、岩岳直前に痛すぎて全くコブに入れなくなるし、最悪でした。今年が一番の目標はもちろん「怪我をしないこと」です。といってももう春練で膝をやってしまっているので、それを治すのが最優先課題ですね～

シーズン初期に関しては、クリスマスキロロで無事1級を取得でき、滑り込みで小樽予選に出られてよかったです。早い時期に自分の滑りが評価されるということで初期のモチベーションになった上、大会では自分のレベルの低さを改めて実感できました。

選考会や岩岳個人戦は、そんなに悪くもないけれど決して満足できるものではないといった結果でした。特に、岩岳はもっとポイントを取りたかったです。ただ、岩岳は、個人戦よりも団体戦の印象の方が強いです。初めてでしかも合わせるのが苦手なのにAチに入ってしまう、正直、不安しか感じていませんでした。何も分からないまま練習が始まり、うまく行ったりうまく行かなかったりしながら必死にやっていたら、あっという間に本番でした。個人戦とは比べ物にならないくらい緊張しました。結果は連覇を逃すどころか…というものになってしまい、団体メンバーにも、サポートしてくださった、期待してくださった皆さんにも、本当に申し訳ない気持ちでいっぱいです。今年こそはしっかりと結果を残したいと思っています。

朝里は、一番結果が出て1年間の成長を感じられました。1年前に比べて、大回りも小回りも全て、1種目につき7点程上がりました。一方で、決勝のリザルトを見て、最後の最後に悔しいというか、悲しい、虚しい気分になりました。もっともっと上のレベルで戦えるようになりたいと思いました。この気持ちをバネにして、今シーズンはうまくなりたいと思います。

自分のこれまでを語る上で忘れてはならないのは、師匠の存在ですね～月井さんがいなければ、確実に、今の自分はなかったと思います。2年間も面倒見てくださり、ありがとうございました！

今年は執行部だということもあって、自分のことばかり考えている訳にはいかないと思います。部の目標を達成するために、自分のできることを考えて行動していきたいです。また、私は4年になると進路の関係でほとんどエレの活動に参加できなくなるので、早くも今年が最後になります。執行部としても個人としても全力を尽くそうと思っているので、よろしくをお願いします。

白鳥 宏太



今年も1年間お世話になりました。シーズン中のことを中心に書きます。

とりあえず、オーズズのオープンでシーズンインしてからは、ほんとに焦りしかなかった。板を代えたこともあったりして、11月はほんとにひどい滑りしかできず、秋にかなり力を入れてインラインをしていたのに全然生きていないような感覚だった。逆に周りの同期だったり上級生だったり、ほんとにうまく見えて、いつも置いて行かれている気持ちになっていた。毎日のように岩岳の通過選手が誰になって、自分は今どれくらいなのかとか考えていて、それくらい選手として岩岳に行きたいっていう気持ちは強かったけど、考えれば考えるほどこのままだと落ちるだろうなって感じて、なかなかへこまされた。帰りのオーズズバスとか、考えすぎて寝ることもできなかったのを覚えている。勉強の方も結構きつくて、時間もなかったけど、スキーに行かないという選択肢はなくて。これはほんとに、同じように毎日スキーに行っていた同期男子のせいであり、おかげです。一緒に滑ってくれて、教えてくれて、ほんとにありがたかったです。

そのあと、年末のメイン合宿とルスツイントラが転機になって、樽予と選考会で結果を出すことができた。年末年始は誰よりも滑っていた自信がある。そのせいで凍傷にもなったけど。選考会を通るっていうのは、去年の一番の目標だったし、そこに関してだけはほんとに自分をほめたい。ただ、通ったけど、うれしかったけど、なにかひっかかるものもあって。責任感と緊張だとかももちろんあったけど、一番大きかったのは、自分が選手でいいのかという気持ち。スキーを教えてくれた先輩は出られず、自分が出られる。もっと周りの成長も考えて滑っていた人たちがたくさんいる中で、自分の利益ありきで動いていた自分が通っていいのかってなった。1年生も女子も全然見てあげられなかった。そんな時間なんてなくて、むしろ見たくないとも思ったりしていた。俊だとか悠太郎が積極的に動いていたのも知ってる。そういう部分では、選手にはなれたけど、ほんとに自分が情けなかった。この悔しさもあって、今回の目標を決めました。あえて、チームとしての目標を自分の目標にしました。3年になって、そういう立場だと思っているので、そういう行動をします。

結局、全然まとまらなかったけど、岩岳については後輩、同期、先輩に対して感謝の気持ちしかないです。点が出なかったときは、すぐに慰めの言葉をくれて、点が出たときは、まるで自分のことのように、僕よりも喜んでくれて、ほんとにありがたかったです。団体も助けってもらってばかりでした。楽しかったです。優勝できてよかった。優勝させてもらいました。とりあえず執行部になって、トレ部長になって、忙しさしかないけど責任をもってチームのためにがんばっていきたいなって思っています。チームのための行動は自分のためでもあると思うので。空回りしたときは許してください。がんばって周り見ます。最後に、自分の立場を理解したうえで。なにがなんでも、来年の岩岳には執行部全員で出たい。

高田 悠太郎



去年の目標から振り返ります。まず道予選決勝に進出することを目標にしていました。厳密には今年は120位以内で決勝進出、90位以内でAチームウェア獲得でしたが、結果は130位で予選敗退でした。反省すべき所を挙げればたくさん出てきますが、総評するなら、思い切りが足りなかったと今は思います。ミスを恐れていたなら何もできなくなるので、本番ぐらいは自分の滑りに自信をもって、審査員に見せつけてやるくらいの気持ちで挑んだほうが逆に自分は上手くいくのかなと思いました。

次に、岩岳個人戦10位以内、岩岳総合、団体優勝ですが、個人戦は39位でした。シードなしで表彰台上がりたかったですが、厳しかったです。でもシードがあつたとしても今年は10位以内入れなかったと思います。来年はスーパーシード内の争いがさらに激しいと思いますので、頑張ります。

今年岩岳総合5連覇出来て本当に良かったです。でも2年間厳しい戦いでした。2年間とも個人戦本戦が終わって正直優勝逃したと思いました。負けたチームは今年より気合を入れて連覇を止めに来ると思うので、6連覇を目指すなら、連覇をすることは決して当たり前ものではないことをもう一度考えないといけないかなと思います。

今年もなんとか団体優勝することが出来ました。2回目の団体でしたが、慣れているからといって決して手を抜かないように、前の動きに合わせることを意識して頑張りました。今年も自由で勝つことが出来なかったのが悔しかったです。来年こそ規定、自由ともに1位とりたいです。

コブを1番の得意種目にするのを目標にしていました。自分の中では一番得意です。自分の中では、でも今年の成長率の8割がコブだと思っています。朝里は去年より25点近く伸びました。伸び代ですね。

来年の目標は、去年と基本的には同じですが、欲を言えばもっといい成績をとりたいです。来年は団体も自由ラップとりたいです。来年の滑りはもっと動きを大きくして、板にしっかりと重さを乗せられるように頑張ります。

中寄 亜衣子



昨年度の事を考えて1番思い浮かぶのが後悔です。1年間を通して自分は何ができたろう、考え続けても何も思いつきません。

エレは努力を惜しまない人が多く、本当に皆が頑張っていたので、そんな周り自分と自分が並ぶと自分の弱さが浮き彫りになってしまいました。スキーも、気持ちの持ちようも、周りの人

のようにできなくて、それが完全に自分のせいだと分かっていたから余計に自分に腹が立ったり辛かったり苦しかったりしました。

壮行会でも言いましたが、そんな自分を見捨てずに教えてくださった先輩方には感謝してもしきれないです。その分岩岳で結果を残せなかったことが遣る瀬無くて申し訳なくて悲しくて、一昨年同様岩岳は泣いてばかりの苦い思い出となりました。あんなに団体裏で熱心に教えてくださった先輩をはじめ、練習を頑張っていた先輩や同期、後輩。恩を仇で返すかのように自分がポイントを取れなかったことで責任や負担をさらに増やしてしまって本当に申し訳がないです。

散々ネガティブなことを綴ってきましたが、たった1つだけ自分がしたこと褒めてあげたいのは、今年もエレを続けることを決意し、今こうして **SPUR** を書いていることです。昨年度は、自分に関してもエレに関しても考えることが多くて、その分悩んだことも凄く多かったです。ですが、今思うと散々悩んだりいろんな人に話を聞いてもらったりしたことは今までの自分を見つめ直したりこれからについて考えるいい機会となったと思います。その中でエレの人たちという時間は自分にとって楽しく、とても大切な時間だということを改めて気付かされ、ああやっぱり自分はエレが好きだなと感じました。

今年は執行部として今まで以上に自分に課せられる責任は大きくなると思います。今までのような受動的な姿勢からは卒業しなければなりません。役職を持たないという自分の立場に甘えず、周りの人々への感謝を忘れずにできることをしっかりと行って行きたいです。そして何より今年こそは必ずや結果を残したい。納得いくまで努力して上達したい。今まで教えてくださった方々に恩を返したい。みんなと岩岳優勝の喜びを分かち合いたい。今年こそは終わった時に後悔より達成感の方が大きくなるといいな。

最後に繰り返しになりますが、1年間私を支えてくださった全ての人に心から感謝致します。ありがとうございました。今年は今まで以上に頑張ります。どうぞよろしく願い致します。

中村 結衣



SPUR ということで、まず昨年度の反省から。オフシーズンのことはあまり覚えていないのでシーズン入ってからのことを書きます。2年生になり、がむしゃらに滑っていてもうまくなれないと言われていた中で、考えて滑るということの難しさにまずぶち当たりました。

考えながら滑ると全然思い通りに身体が動かない、そもそも滑り出すと何を考えていたか忘れる、1つのことを意識して滑っていると他のことが全く意識できない、と自分はいくらも思っていたことが多々ありました。昨年度は、いろいろな先輩方、コーチの方々に教わる機会が多かったので、様々な事を試してみることもできましたが、ほとんどが消化不良になってしまって本当にもったいなかったなと思います。

また、昨年度最大の後悔は、大会中思い切って滑ることがほとんどできなかったことです(岩岳決選コブ除く)。特に大回り系種目ではちきってしかいませんでした。なぜか1年生の時より自分がスピードに対して臆病になっていて(網に衝突したからですかね?)、ロング板も結局乗りこなせずにシーズンが終わってしまいました。今年こそはロング板とお友達になりたいと思います。

ここまで反省を書いてきましたが自分的によかったなと思うこともありました。まず、去年立てた目標の岩岳個人戦 2 桁・一級取得は達成できました。もう一つコブ強化は目標があいまいな感じでしたが、朝里で去年より 30 ポイント上がったので、さすがに去年よりは強化されたと思います。あまり目標を意識して練習していたわけではないのですが、昨シーズン自分がやろうとしたことの最低限はできてよかったです。後、やっぱり外せないのは団体として滑ったことです。そもそもエレの団体動画を初めて見た 1 年生のときに、いつか自分もやってみたいなと思ってエレに入ったので、選考会で団体メンバーに選ばれたときはうれしかったです。ただ、練習が始まるとそんなに甘いものではありませんでした。経験者 2 人の息がぴったりと合っているのにも関わらず、テンポを合わせられない自分への不甲斐なさや先輩方への申し訳なさでいっぱいでした。今年はやっと周りを見れるぐらいの余裕をもってまた団体をやりたいです。

最後に、今年は執行部としての一年でもあります。自分のことしか考えなくてよかった昨年度までとは違い、部のことも考えていかないとはいけません。責任を持つのは嫌いですが、部での自分の仕事はしっかりやっていきたいです。また、弟子を持つことも考えて、自分のスキーの考えの軸はオフシーズン中にしっかり固めたいです。

成田 太樹



SPUR を書くにあたり、去年どのようなことを考えて書いていたのか気になり去年の SPUR を見返してみた。

最大の目標として掲げられていた“札留回避”は無事達成されていた笑

当時半ば冗談のつもりで掲げていたが冗談で済ませることができて本当に良かったです(^^)

それはさておき、去年の SPUR で目標として掲げられていたのは“道予選出場”、“岩岳個人戦出場”であった。どちらも達成されていない。昨シーズンの大会成績は散々なものであった。樽予落選、選考会落選、朝里大会予選大回りでの大開脚&決勝総滑逆ラップ。

今振り返ってみればこの結果も至極真つ当なものであったといえる。昨シーズン、勝負所でのメンタルの弱さとスキーに向き合う姿勢の甘さの 2 つが大きな課題として浮き彫りになった。非常に後悔が多く、もったいないシーズンであった。

シーズンの大半は迷走してしまっていたが、それでも、シーズンの終わりにやっと迷路の出口が見えてきたような気がした。こんなことを言っておいて来シーズンボロボロであったら、大変かっこ悪いけど笑

このように迷走していた私にご指導、お力添え頂きましたコーチ、先輩方、本当にありがとうございました。また、公式練だけでなく様々なところでお会いする度にご指導頂きました師匠、色々とめんどくさい私にイライラし続けたであろう兄弟弟子、なんだかんだ一緒に滑ってくれた同期の皆、本当に色々とすみませんでした。そして、ありがとうございました。

さて、昨シーズンの反省も終えたところで来シーズンの目標についても述べたいと思う。来シーズンの目標は2つある。

1つは、去年も同じようなことを述べたが、エレに少しでも多く貢献できたらと思う。今年から函館キャンパスに移行し去年までとは違った立場、視点でエレにかかわることになる。物理的な距離の分だけ、エレとのかかわりは少なくなってしまうが、それでもできることを探して、自分なりにエレに貢献できるように頑張れたらと思う。具体的な案は一切ないが笑もう1つは、来年の岩岳を終えた後、やり切った、悔いはないと胸を張って言えるようなシーズンにしたいと思う。今のところ具体的な目標を掲げるつもりはないが、たぶん自分の性格的にやりきることさえできればそれ相応の結果はついてくると思う。やりきることさえできれば。私がサボってるのを見かけたらケツひっぱたいて下さい。

色々と述べてきましたが、去年シュプールを書いたときにはいい意味でも悪い意味でも想像のつかないエレ2年目の1年間を過ごし、私なりに少しはいろいろな面で成長できたのかなと思います。これからのエレ3年目の1年間がより素晴らしいものになることを願いつつ、この辺りで筆をおかせ頂きます。

野口 靖代



去年一年を振り返ってみると、チームに入ったり、札予に出たり、イントラをやったり、団

体に出させてもらったり、いろいろ新しいことに挑戦した一年だったと思います。でも、すごく悔しい思いをした一年でもありました。

チームに入ったのはとてもいい経験でした。コーチや他大の人と一緒に滑るのは学ぶことや刺激を受けることが多くて、入ってよかったです。今年も夏の合宿、冬の合宿、練習会にたくさん行きたいと思います。札予では、自分よりうまい人ばかりの中、滑ることができて、とてもいい経験でした。去年は、全然歯が立たなかったのが、来年は札予突破目指して頑張ります。

私は、本当に運動してこなかったのと、本当に体を動かすセンスがないので、去年はランニングしたり体幹やったりとオフも頑張った年でした。そのおかげで少しずつ運動できるようになってきたと思うので、引き続き今年も自主トレしたいと思います。今年、岩岳で転倒して、膝の靭帯を損傷し、朝里大会では、手の指を骨折し、ケガを多くした年でもありました。お医者さんに、もっと体幹を鍛えないと、滑りは変わらないし、またケガすると言われたので、オフトレは、ケガしないためにも、頑張りたいと思います。

最後にこれを語らないと終われないので、重くなりますが、岩岳大会のことを振り返りたいと思います。個人戦、本選や決戦で満足がいく滑りができなかったこと、団体戦で転倒したこと、それが何よりも心残りです。自分のメンタル弱さ、実力が足りなさを感じすごく悔しかったです。予選で調子よく点数が出せていたのに、本線で思うように点数が伸びないことで、焦ってしまったことは、自分がまだまだ未熟モノだと痛感しました。メンタル鍛えて、滑りをよくして絶対今年、SC にとってやります。団体は、本当に悔しさが残る結果になってしまいました。団体メンバーに選ばれてから、その重圧と責任感が、岩岳が近づくにつれて大きくなって行って、正直本当に辛かったです。とくに前日の緊張感が尋常じゃなかったです。それでも、練習を重ねて、不安もたくさんあって、かみ合わないこともあって、できないことだらけで、大変でしたが、A チの4人で、よし！行ける！ってところまで最後に持って行って、本番望めて、頑張ってきてよかったなと感じました。けれど、自分が規定でこけてしまって、あの時は、本当に頭が真っ白になって、滑り終わったあと、エレの人たちの顔見て、一気にすべてが思い返されて、悔しさと、辛さと、申し訳なさがあふれて涙が止まりませんでした。今でも思い出すたびに、泣けてきます。自分がこけたときの動画を何度も何度も見返して、「がんばれー！」と叫んでくれているエレの同期や先輩や後輩の声に、こけた後も声援をかけてくれたエレの人たちの声に、答えられなかったことが本当に辛くて、自分がこけずに滑りきるのが、なんでできなかったんだろうと何度も何度も考えました。一緒に頑張ってきた4人には申し訳なくて、顔合わせるのも辛かった、本当に、こけてごめんください。最後の最後は、本番で、自由のとき、4人で滑りきることは、本当にうれしかった。岩岳大会の中で一番楽しかった時間でした。今年、絶対もう一度 A チ入って、規定も自由も岩岳でどこよりも最高の演技をして、優勝します。

今年、三年目になって、執行部になって、女子の総合優勝目指していくためには、かなり大変な道のりだと感じています。それでも、今年の同期は、女子トレやったり、理論討論会盛

んにしたり、みんなそれぞれやる気あって、このメンバーでなら優勝できるんじゃないかなと思っています。下には、私たち3年を抜かす気満々の頼もしい後輩がいて、新しく入ってきた一年女子は、みんなやる気あって、実力もあって、負けてられないなと思っています。今年はまだ抜かせません笑、私が引っ張っていく勢いで頑張りたいと思います。もちろん同期にも絶対負けたくないです、先輩にも負けたくないです！生来の負けず嫌いなので、悔しい思いをした分、今年頑張りたいと思います。

今年の目標は、岩岳でSCをとること、団体が優勝すること、女子の総合優勝をすることです。メンタル強くします。体幹鍛えます。そして、最後に笑って終われる一年にしたいと思います。

平山 夏樹



今シーズンもついに終わってしまいました。今年で人生2度目のスキーシーズンでしたが、去年と同じく終わってみるとあっという間でした。でも終わってしまったからこそ、スキーシーズンの中で、一本一本にあまり集中出来なかった時もあったりしたなどと考えると、勿体無かったなとも思いますし、まあそういった時もあるのかなとも思ったりもします。でも、函館に来てしまった来シーズンは、そんなこと言ってもらえません！

今年度のスキーシーズンは、まず「一級を絶対にキロロで年内に取る！」と決意したところから始まりました。この目標はかなり自分を奮い立たせてくれました。シーズン初期の僕のモチベーションはとてつもないものでした。結果、無事一級を年内取得でき、その後の小樽予選でも、思ったよりか悪くは無い成績で、少し満足感に浸っていました。

しかし、そこで迎えた選考会。ボロボロの成績を取ってしまいました。自分の中で油断してたのかもしれませんが。「今年はかなり厳しいだろうけど、もしかしたら通れるんじゃないか...」と。しかし、こんなんじゃ選考会は通れないことがわかりました。

そしてその頃から、コブばかりしていた反動が脛に襲いかかり、ろくに脛を入れて滑ることが出来なくなりました。授業後オーンズに行けず、スキーと少し離れた生活が始まりました。あの頃のモチベーションはなんだったんだろうかと思う程になりました。正直この頃が、一番辛かったです。

そして2月に入り、練習を再開しました。藻岩には正直飽きました。いつも同じバーン。しかし、滑るしかありません。僕の目標は浅里で決勝に残ること。そこでした。先輩やobの方に見て頂き、少しずつながら成長できました。ただ、もう少しコブを練習したかった...そして迎えた岩岳。岩岳では幹事をしました。正直この時が、二番目に辛い時でした。幹事とサポート。楽しくなさすぎて辛いときが、しばしばありました。もっと自分にできること

をやり切れたらもう少し充実できたのかなと、今振り返ると思います。もっと楽しめたんじゃないかと。そして来シーズンは絶対に選手になりたいと心から思ったのは、この時でした。もちろん、来シーズンサポートになることがあれば、経験を生かして本当に選手のために全力で取り組もうと思います。

岩岳が終わり浅里の時期が来ると、ウキウキしました。「やっとこの時が来た。待っていた日が来た。」そんな気分でした。僕は同期に少しでも追いつく追い抜かすという野望も持ち始めました。そして、前日の練習日。大回りにヒラメキが来て、少しポジションが良くなりました。そして迎えた本番。とても緊張しました。予選で落ちると思いました。

結果は予選は通過したものの、準決勝敗退。あと1ポイントで決勝でした。悔しかったですが、圧倒的にコブで失点したことが、そりゃあ落ちるわと自分を納得させました。逆に総滑は、自分は不得意だと思っていたので、点数が出てすごい練習の成果が出たなと感じ、嬉しかったです。あとはやっぱり一年に追いつかれました。それも悔しかったです。

春はコブに勤しみましたが、まだまだです。もちろん新しい感触はたくさん得ました。しかし、来シーズンもコブは頑張って練習しなければ、選考会は通れないなと思いました。

来シーズンのやりたい事はもう自分の中である程度分かっているので、そこに向かってオフシーズンは頭を使って考え、また基礎体力を付けようと思います。

この一年は、スキーがもっと好きになれた一年でした。函館でのスキー生活は大変になると思いますが、大先輩を見習って、スキーに励みたいと思います。最後に、シーズン通して、教えて頂いた先輩・OBの方、高山師匠、同期、コーチの皆さんに感謝します。本当にありがとうございました。

皆川 春奈



2016-2017 シーズンの反省

成績 岩岳 169 位、朝里 27 位

まず、オフシーズンは、バイトを最優先にしてエレの活動日以外に自主的にトレーニングすることがなかった。そのせいで苦手意識のあるトレーニングはシーズン間近になってもできるようならなかったし、体力もなかったし、体も硬かった。理論的な面では、技術論作成前に技術選ビデオを見たくらいでイメージトレーニング不足だった。インラインを積極的にやっていた同期みたいにオフからイメージしておけばよかったとシーズン初期に思った。

シーズン入ってよかったことは、ロング板に積極的に乗ったこと、昨シーズンの滑りを早い段階で脱却できたこと。反省点は、講習でいい感覚がつかめても次の日には忘れていたこと、

とりあえずたくさん滑ればいいだろと思っていたこと。

特に藻岩の時期は、毎日の練習を消化するのに必死で思考停止していたと思う。ぎりぎり団体戦メンバーになったが、練習中も大会中も技術不足を常に感じていたし、実際団体メンバーに足る選手じゃなかった。たくさん迷惑をおかけしました。やり切れたことはすごくいい経験になった。今回はついていくのに必死だったが、来シーズンは全体の出来を気にするなどメンバーとして一人前の役目を果たしたい。

大会に関しては個人戦に出るようになって連日滑ることに慣れなかったのか、竜頭蛇尾になってしまった。予選、本選、決戦問わずいい滑りをするようにしたい。今年は転ばないようにします。

春シーズンはひたすらコブに入っていた。大会が一通り終わり本当にコブは進歩がなくてどうしようと思っていて、時間の許す限りコブを滑った。ぐしゃぐしゃの春雪だからだと思いが少しうまくなった気がする。

2017-2018 シーズンの目標

目標 岩岳男女総合優勝、岩岳男女団体優勝、岩岳個人岩岳 70 位

今年は執行部としての臨む最初で最後の年である。岩岳男女優勝という目標に向けて最善を尽くしたいと思う。岩岳大会は年々レベルが上がっているようで、女子はいるだけでポイントが取れるなんてことはもうないので上位を目指してゴリゴリに練習しようと思う。男女ともに目標を達成できるように部全体の雰囲気良くする…まではできなくても悪くしないように気を付けたい。個人戦の目標はせっかくなら 50 位でもよかったのだが、どうせなら達成したいので 70 位にさせてください。団体は団体練がいかに厳しいものか思い知ったので、その中でも優勝を思い続けられるようにしたい。朝里大会は大会のスムーズな運営を目指します。

執行部になって二か月、今まで二年間先輩がしてくれたことの大きさを身をもって感じたので、私も後輩にとっていい先輩であるようにしたい。ついつい同期に絡みに行ってしまうので、その時は叱ってください。一、二年生へ、仲良くしてね!!

吉羽 輝咲



まず初めに、この一年お世話になったコーチをはじめとした外部の方々、そして師匠をはじめとした先輩方、同期、後輩に深く感謝を申し上げます。来シーズンも自分なりに精一杯努力していく所存ですのでよろしくごお願い致します。

まずオフシーズンを振り返ってみますが、今年は帰省と留学を重ねてしまい夏休みに1か月半ほどトレを全くやらない時期がありました。そのため夏休み明けからのトレはついていくことに精一杯で、何も考えられずにそのままシーズンを迎えました。長期間活動を休んだことは自分のやりたいことを叶えるためでもあったので勿論後悔はしていませんが、この期間中も体を動かす時間は十分にあったため有効に使えばよかったと思いました。

シーズンに入ってから、今ではこれでも少ないほうだとは思いますが去年よりは多くオーンズに行きました。2年(今の執行部)がよくビデオを撮ってくれていたのが色々自分なりに考えながら練習できたと思います。公式練ではせっかく身近に聞ける人がいるのだから分からないことはどんどん消化しようと思い、積極的に質問していこうと心がけました。理解力もなく体を思うように動かせない私に納得のいくまで教えてくれた倉沢さんには本当に感謝しています。

そうして練習していきながら選考会を迎えたわけですが、ご存知の通りわたしは団体落ちという立場になりました。もちろん落ちた瞬間は悔しかったですが、これはむしろ団体裏で自分の滑りを一から見つめなおす良い機会になるのではないかと積極的に捉えました。むしろ落ちて良かったなと感じました。選考会の夜にも言われましたが、団体落ちはとにかく決戦に残ること。団体戦は団体メンバーがしっかりやってくれるから(プレッシャーかけてごめんなさい。でもこのくらいのプレッシャーを背負って責任を持って挑むべきものであると思います)、自分は今の立場を生かしてやれることを精一杯やろうと思いました。実際団体裏ではOBさんをはじめとした上級生の方々に基本ポジションから応用まで、自分の気が済むまで教えて頂いたので本当に良かったと思います。本当に感謝しています。

岩岳ではこのように支えてくださった様々な方々に感謝の気持ちを伝えることが出来たらいいなと思いながら滑りました。無事に決戦にも残ることができ、少し甘いと思う方もいらっしゃるかもしれませんが団体落ちとしての役目は十分に果たせたと思います。しかし決戦では少し後悔もしました。コブで自分に負けてしまったことです。転ぼうが転ばまいがスピード勝負のコブで何よりも転ぶことを恐れてゆっくり滑ってしまいました。今年度はとにかくビビリを克服したいです。

今年度は、まず自分で考える、分からないことは分からないままにしない、ということを念頭に置きたいと思います。去年までは与えられたものをただひたすらにこなすだけでしたが自発的に色々やっていきたいです。頼りないかもしれませんがよろしく願いいたします。読んでいただきありがとうございました。

<2年目>

赤岩 愛記



もう1年経ったのか。この事実には驚きを隠せないまま、いまこの Spur の執筆に取りかかっている。長いと思っていたシーズンは瞬きするほどに短かった。そういえばいままで一度も後ろを振り返ってこなかった気がする。昨シーズンをじっくりと振り返り、来シーズンにつなげていきたい。

昨1年間を大きく振り返ってみる。結論から述べると、とても充実していたように思う。ただ、反省や後悔もとても多かったと感じる。

反省点のはじめは、なんと9月。後期の時間割づくりまで遡る。フレセミの抽選に落ち続け、総合2つを5限にぶち込んだことは大きな過ちだった。安定してスキーにいけるのが週5となり、スキーにいける限界値を下げってしまった。当時は仕方ないなどと思っていたが、今となっては本当に悔やまれる。(あれだけ先輩に言われてたのに…)後悔先に立たずとはまさにこのことである。

そしてシーズンイン。ほぼ週5のペースを保ちながらスキー場に通えた。日々新しいことができるようになり、体はつらくも心は楽しかった。

しかし期末が来た。いままでスキーに没頭していた分普段の勉強が疎かになり、期末前に畳みかけるしかない状況になってしまった。これが次の大きな反省点である。スキーのペースは週1~2に落ち、久しぶりに行くスキーは感覚を取り戻すことのみで1日が潰れ、新しいことを吸収できない日々が続いた。体も心もつらくなった。期末後すぐに選考会の日を迎えた。満足のいく結果が得られなかった。

その後の2月の藻岩シーズン。選考会の悔しさからか、自分でも驚くほどにスキーに集中していたと今では思う。岩岳では、師匠との約束(であった20位以内)は達成できなかったものの、ポイントを獲得できたことにはかなり満足している。また、新歓合宿で叫んだ「1級取得」の目標を達成できたことも今後のスキーへの大きな自信につながった。

以上の昨シーズンを踏まえて来シーズンどうしていくかを考えてみる。

まずは時間の話。期末前にスキーにいけないなどという言い訳だけは絶対にしたくない。忙しいからスキーが上達しなかったと言われるのはあまりにも悔しい。(ある意味当たり前のことかもしれないが)放課後の時間をすべてスキーに費やせるよう、普段の授業でやりくりするよう努めていこうと思う。

それでも昨年と比べてスキーに裂く時間は限られてくる。いかにスキー上達へのコスパを高めるかが重要となるであろう。スキー場において1本1本集中して滑ることはもちろん、スキー場にいない時の「予習・復習」が鍵になってくると思う。密度の濃いスキーをシーズン中に送れるためにも、オフシーズンの早い段階から準備を進めていくつもりだ。……ひとまず目指せ滑走100日超えといったところだろうか？

次に、来シーズンの具体的な目標について。いままで書いたことも目標ではあるが、具体的な目標も掲げてみる。それは岩岳での団体戦出場である。藻岩での団体練、岩岳での先輩方の演技を見てすごく感動し憧れた。基礎スキーならではの団体戦をぜひ経験してみたいと強く感じた。他にも思う具体的な目標、例えば朝里決勝進出などがあるが、あまり多く見据えすぎないようにしてみる。ぼんやりとは眺めつつも、シーズン初期はあくまで前者の目標に全力で向かっていきたい。

そしてトレーニングについて。昨シーズン通して感じたこととして、持久力のなさ、股関節の使えなさがあった。特に藻岩シーズンは体力的にきついと感じる場面が多かった。これからのオフシーズンで、特にこれらを重点的に改善していこうと思う。

最後に、昨シーズン大変熱心に指導して下さった先輩方、互いに切磋琢磨しつらいときに支えてくれた同期、本当にありがとうございました。特に師匠の花さん、兄弟弟子の八尋には最大限の感謝を。お2人のおかげで昨シーズンとても充実し、何よりスキーを楽しめました！

来シーズンは覚悟の年。昨年と同じ後悔を来年の **Spur** に書くことのないよう、努力を惜しまず、突っ走るっ！

浅尾 真結子



私はスキーがしたくて、エレに入りました。学部2年生で入るということに、とても不安でもあったし、何か月も悩んで、覚悟を決めて飛び込みました。

エレの活動は想像以上に楽しくて、何度入ってよかったなと思ったか分かりません。昔家族で行ったスキーは嫌いだったのに、なぜ今更やりたくなったのか不思議ですが、スキー楽しい！という気持ちがすべての原動力になっていた気がします。

ただ、楽しいだけではだめで自分から取り組んでいかないと成長しないと感じた1年でもありました。特にスキーの理論についてもっと勉強すればよかったと後悔しました。最初のころは身体の動かし方が言われても分からなくて板を全く制御できませんでした。スキーは気づきのスポーツだと誰かが言っていましたが、ほんとにその通りだと思います。わたしは良い感覚を一瞬つかんでも、あれ、どうやったんだっけ、とすぐ分からなくなってしまうことが多々ありました。身体の動かし方をきちんと分かった上で、先輩の滑りを見たり聞いたりして、いろいろ試行錯誤できるようになりたいです。

岩岳前に何故だか分からないけれど、怪我をしました。ゆっくり転んで全然痛くなかったの

に、力が入らなくてカービング小回りができませんでした。病院にいったらまさかの脛骨高原骨折で、骨もろすぎ！って思いました。みんなと岩岳に行きたくて、なんとかしてついていったけど、何回も来なければよかったと思えました。みんな楽しそうで、滑っている姿を見るのが辛かった。応援は心からしたけど、ずっと泣きそうでした。

来年はこんな馬鹿な怪我をせずに岩岳に出たいです。トレもスキーのこと色々聞きながら、真面目にやっています！来シーズンはまず焦らずにスキーの感覚を完全に戻して、選考会で自信を持って滑れるようにします。今は自分がどれくらい滑れるか不安で全く想像できないので、具体的な数字は出せませんが、目標は岩岳に出てポイントを取ることです。最後に、言われたことが全然できなかった私を根気強く教えてくださった師匠、先輩方、ありがとうございました！来シーズンもいっぱい滑ります！

荒井 英臣



来シーズンの目標：道予出場、岩岳50位以内、矢野健さん（師匠）に勝つ！

今回初めてSPURを書くので、とりあえず昨シーズンを振り返ってみようと思う。

去年の4月北海道大学に入学し、とりあえず北海道来たならウインタースポーツしなきゃと謎の使命感に駆られて、エレガントスキー部に入部した。入部してから思い出したが、私はスキーはあまり好きでは無かった。というよりむしろ、嫌いだった。そのことを思い出したのは新歓合宿のことで、一度入部すると決めたのに早々に辞めるのは情けない気がして、とりあえず1シーズンだけでもという気持ちで活動を続けた。オフシーズン初期は自分に筋力も体力もなく、つらかった。体力測定でも基本最下位で女子の先輩に負ける始末だった。でも、自分に筋力と体力があまりにも無かったおかげで、週3のトレでも自分に筋力と体力が徐々について行くのが分かった。やはり成長するのは嬉しいもので、次第にトレへのモチベーションも上がっていった。オフシーズンの後期には師匠が決まり、師匠に言われた2つのこと「①岩岳新人戦80位以内、②一級を取ることをこのシーズンの自分の目標として決めた。

シーズンに入り、初めての公式練、この日が私のシーズン初滑りだった。私はハの字で止まることもできず、師匠を困らせた。スキーを初めてやる兄弟弟子よりもへたで悔しかった。自分の同期もうまい人が多くてかなり焦った。そこからは、ひたすらONZEに通った。年が明けてからはほぼ週7、昼の12時から夜の9時まで滑る日も何度もあった。そのおかげか、新人戦選考会では2位に入ることができた。特に大回りでは憲太郎に勝ち、ラップをと

れたのでかなり嬉しかった。そこからは藻岩のシーズンが始まり、毎日のように朝からスキーに行き、ひたすらに滑っていた。そして気付いたら岩岳大会が始まり、新人戦の日になっていた。自分は本気で表彰台を狙っていた。しかし、最初の小回りで247と周りの人よりも圧倒的に低い点数を出し、一気にやる気をなくした。あの時必死に慰めてくれた師匠に対しても適当な態度をとってしまい本当に申し訳なかった。しかし、総滑バーンに移動しそこで頑張っている同期たちの姿を見て、もう一度頑張る気持ちになれた。そのおかげで、点数はあまり出なかったが、自分の中はかなり納得した滑りができた。結局、順位は38位だったがポイントを取ることはできたので良かった。

朝里大会では、新人戦はひどかったが、次の日の敗者復活では1位をとれた。しかし次の日の準決勝のコブで盛大にこけて、ほぼ最下位をとった。この時、基礎の同期がコブでかなり高い点を取り、朝里30位ぐらいになっていた。彼が岩岳の前からひたすらにコブを練習していたと聞き、彼を見習って春シーズンではほぼコブしか入らなかった。そのおかげか、一級もコブにプラスがつき、トータル+3で合格することができた。またシーズンの最後にはようやく縦コブのコツをつかんだので、1ヶ月ほどコブに入り続けた甲斐があった。

こうして私の1年目は終わった。スキーが嫌いな状態で部に入ったが、気付いたら夢中になってスキーをしていた。昔の自分が見たら驚くと思う。来シーズンはすべてスキーに捧げるつもりだ。今シーズンの総滑走日数は106日だったが、今年はもっといけるはずだと思う。大学に入り折角自分が夢中で取り組めることを見つけたので、死ぬ気でスキーしようと思う。また、来シーズンは初の師弟対決ができるのでとても楽しみだ。

安藤 廉平



今から一年前と1ヶ月くらい。北海道に来たから何かしたいなあと考えて入ったのがここエレガントスキー部でした。正直最初は名前からしていかにも怪しそうで胡散臭そうでホントに大丈夫なのかと1ヶ月くらいは思っていました。けれど、週3の活動やその内容であったり、部の雰囲気から思ってたのとは真逆な部活でした。ほんでもってそのたのその楽しさに身を投じてたら早くもシーズンイン。思えばいっちゃん始めはプルークすら満足に滑れてませんでした。スキーなんてすぐパラレルでギュインギュインに滑れるやろ笑とか思っていた四月の自分を殴りたいくらい滑れてませんでした。しかし、同期とほぼ毎日オーンズに行ったり、師匠の熱心な？指導のおかげでなんとか人並みには滑れるようになったのではないのでしょうか。特に2月の藻岩の季節では1人に2人つくというなんとも贅沢な中で指導を受けてたのは今考えればびっくりなことですね。ただ、その反面新人戦選考会や岩岳など、ほとんど全てのところでいい結果を残せなかったのは不甲斐なく思います。二級検定

に落ちたのも今となっては笑い話ですが当時はかな〜りショックでした。その後に朝里で受けたときもいろいろあってショックすぎてやばかったです(ボキヤ貧)。と、こんな感じで結果とかはそこまで良くなかったですが、一応シーズン初期の一級取得はなんとか達成できてよかったです。団体裏でできないコブに毎日行ったおかげでほんのちょっぴりコブが滑れるようになったおかげだと思います。

さて、来シーズンの目標ですが、とりあえずオフ期間は柔軟性を高めること。体が硬いとそれだけ出来ることも少なくなるので、シーズン入ってからもっとオフ頑張ればよかったなんてことにならないようにしたいです。ハイシーズンの目標としては最終的にりょーちゃんかなるきに勝ちたいです。本人からしたらなんか生意気だなあ笑とか思われてそうですが、彼らの物事に取り組む姿勢はめちゃくちゃ尊敬できますし、なんていうか、自分にはない何かは彼らにはあると思っています。なのでせめて彼らの背後に立てるところまでには持っていきたいです。そうすれば自ずといい結果も出ることでしょう。

最後に一年間お世話になったコーチ方、先輩、同期、親?には感謝しております。特に師匠には感謝してもし尽くせません。来年こそは全員がやるじゃんと行ってくれるような滑りをします。

大友 雄登



スキー部に入りたい気持ちも持って北海道に来て、最初に貰ったスキー部のビラがエレだったという理由だけでエレに入部しました。

新歓合宿に参加しなかった為、馴染むのには少し時間が掛かったような記憶があります。

トレもどんどん来る課題を特に何も考えず淡々とこなして行くだけでした。

スキーシーズンに入ってもしっかりと目標というものには特に設定せず、ただ滑るだけっていう感じでした。更に、勉強面が心配でスキー滑走日数は大分少なくなってしまい、先輩方に教えて貰って良い感覚を持って、次スキー場に来たときには、その感覚が抜けていて、感覚を取り戻すのに多くの時間を掛け、ほとんどそれ以上成長することなく帰宅、とかいう時期もかなりあったような。

また、自分は体力(持久力)が足りていないからか疲労が溜まりやすく2月の大会前でもそこまで滑走していなかったような気がします。

大会では、師匠とか先輩に言われたことを意識しようとしても出来たことはほとんどなく、何も出来ずに下に降りて来た自分に何度も怒りを覚えました。でも、これは今考えてみれば当然だと思いました。大会直前の練習でも、練習だから失敗しても何の問題もない、みたいなことを考えて滑ってしまい、全く大会を意識した練習がなされていませんでした。また、

滑走距離も他の同期と比べると全然だったし、かなり滑ったという自信が自分の中には存在していなかったのが大会当日も自分の滑りに期待をしたこともない、ということになってしまいました。

昨年度の反省から今年は、早めから目標を設定してオフシーズンからイメージを保続させながらスキーシーズンに繋げていきたいし、今年はスキーを滑れる時間がかなり確保されているので大会を意識しながら滑走日数を重ねていきたいと思いました。

川上 憲太郎



目標

- ・岩岳男女総合優勝
- ・団体演技優勝
- ・個人戦表彰台
- ・道予決勝進出

エレガントスキー部の存在は小学校のころから知っていた。マコユニに所属していたため、直接的にはないものの、間接的にエレの方にはお世話になっていた。その時にはまさかエレに入るとは思ってもみなかったのだが。

大学に入り、なんのサークルに入ろうか迷っていたが、何となくまたスキーがしたかったため、何となくエレに入った。

何となくエレに入ってしまったが、後悔はしていない。というのも、昔は適当に滑って、ある程度まで滑れるようになったが、エレに入って初めて頭を使って滑るようになったからだ。部員のほとんどがスキー初心者ということも相まって、一人ひとりが頭を使って勉強したり話し合ったりしてスキー理論を構築し、それをお互いに教えあうという環境が感覚派の自分には新鮮で合っていた。全員がこんなにも熱意を持って取り組んでいるので、お互いを刺激しあうところも好きだった。

こんな感じでエレの環境に染まっていったわけだが、何も悩みが無かったというわけではなかった。何の悩みかという、プレッシャーである。

同期でガチの経験者が自分しかいなかったため、先輩方からの期待が大きかったのはシーズン前から十分感じていた。講習や大会も1年生扱いというよりは上級生と同じ扱いでやらせてもらったりもした。結果が残せなかったらどうしよう、部に貢献するためには一体どうすべきなのか、そんなことを悩む日々が続いた。

個人戦に一年生ながら出させてもらうことが決まった時、プレッシャーはさらに大きくなった。しかし、そんな重圧から救ってくれたのは前年に僕と同じ状況だったゆう〇ろうさんだった。いろんなアドバイスを頂いたおかげで、僕は楽しんで、全力を尽くし、部のため、

個人のためにスキーができたのだと思う。

また、師匠のし〇うずさんにも大変お世話になった。豆腐メンタルでワガママだったが、スキーのことに關しては誰よりも熱意があり、努力家であったと思う。弟子のことも手を抜かず、懸命に教えてくれたので、僕もみ〇えも結果が残せたのだと思う。

また、団体メンバーにはお世話になり、迷惑をかけた。一番下っ端の僕がふざけていても怒らず、のびのびと滑らせてくれたので、特に重圧を感じることなく楽しく滑れた。

たくさんの方々のおかげで、今シーズンは岩岳個人戦スーパーシード獲得、男子団体優勝、男子総合優勝を達成できたと感じた。

自分の滑りに關してはまだまだ満足していないし、もっと上を目指したい気持ちがあるので、とにかくがんばる！

今シーズンを振り返ると、オフシーズンでのトレが足りなかったと思う。オフシーズンのトレの重要性に気づいたのはシーズンに入ってからだった。様々な面においてオフシーズン中にできるものは先にやっておくことが大事だと思う。陸上でできないものが雪上でできるはずはないので、陸トレは怠らないことが大事だと思う。

シーズン中では一本一本を大事にすべきだった。何も考えずに滑ることがあったので、滑る前に意識すべきことを整理することが大事だと思う。また、人に教えることが苦手であるので、そういうことから逃げてきたが、来シーズンからは同期や一年生に自分から教えに行きたいと思う。

鈴木 悠太



目標：岩岳スーパーシード、同期で1番になる、勉強も頑張る、キャンサー治す

大学に入る前から、大学ではスキーをしたいと思っていた。エレに決めたのは雰囲気と週3でトレがあると聞いてオフシーズンでも楽しそうだったからだった。

トレが週3というのはむしろ足りないくらい楽しかった。だからトレのない日もインラインなどをしてエレでの活動は充実したものであった。しかし1年目は当たり前だが全くスキーのことを意識してトレをしていなかった。だから今年からは目標をもってオフシーズンに臨みたい。今年のアフシーズンの目標は股関節を中心に柔軟性を高め、体幹とバランス感覚も鍛えたい。あとバスケがうまくなりたい。

シーズンに入るとこれまでのスキーの印象ががらりと変わった。これまで旅行で行って

いたスキーと違う。ガチスキーだ。スキーについては色々知っているつもりだったが、本当に何も知らないと思い知らされた。そんな自分にも師匠である中光さんをはじめ、先輩方が優しく丁寧に教えてくださり、自分もある程度スキーができるようになった。本当に感謝しています。でも去年の12月くらいは勉強も忙しくあまりスキーに行けなかった。かと言って勉強も頑張っていたわけでもなく、中途半端だった。白猫テニスをしていた。結果新人戦選考会でやつに負けた。あほ。この前性懲りもなくアングリーバードをインストールした。没頭していてやばかったので先日消した。これは大きな成長だ。

話が脱線したが、次に大会の話をしてします。岩岳はやはり今年1番の思い出だった。先輩のサポートを担当したが、目の前で大会を滑る先輩方を見て本当に頼もしくてかっこいいと思った。一方、自分の新人戦の結果は納得できるようなものではなかったが、大会は本当にいい経験になった。何より男子総合優勝の瞬間は本当に感動した。来年は自分も優勝にしっかりと貢献して、もう一度この感動を味わいたい。そのために誰にも負けたくないという気持ちが強くなり、岩岳のあとは一番頑張ったと思う。朝里はそのおかげでまずまずの結果を残せたと思う。朝里のあとはモチベーションが上がらなかった。キャンサーのせいだ。

これからは上に示した目標を達成するためオフシーズンから頑張っていきたい。また先輩もできたので、しっかりと面倒を見て、自分だけでなくエレ全体で成長していきたい。

高野 克成



大学でスキーをしようと決めたきっかけは、志望校の変更にあった。自分の努力不足でセンター試験後に北大受験を決めたとき、大学の部活では何か本気で努力できるものにしようと思った。本気で努力するということを経験したい、そんなときに思いついたのが、自分が5歳からやっていたスキーだった。スキー教室に通わなくなり7年が過ぎていたが、当時自分が一所懸命に習っていたときの記憶が、これなら私にも頑張って続けられると思わせた。

しかしこの1年間自分が本気で取り組んでいたかと振り返ると、反省点が多かったと思う。理由は目標設定と計画性の無さだったと分析する。

新歓合宿でまわりのほとんどの子が「1級合格」という具体的な目標を掲げていた中、1級持ちで入部した私は「エレガントな滑りをする」とあまりにも漠然とした目標設定をしてしまった。それが気持ちの緩みを生み、シーズン序盤の滑走日数や札予でのだらしない滑りにつながってしまったのだ。本当に上手い人を除けば、1級持ちとそうでない人の差は1年生のときの努力で簡単に埋められるし、追い抜くことも容易である。そのことに気づけていなかった。

次に挙げられるのは計画性の無さである。総理で勉強に時間を割こうと1限を1つしか

入れなかったにもかかわらず、それがすべて睡眠時間になった。スキーをいいわけに勉強を怠り、勉強をいいわけにスキーに行かない。当時の私は薄志弱行の極みであった。自分を嫌いになることが多かったし、師匠からの信頼も失っていたと思う。先輩方の前で嘘のポジティブ発言をすることに疲れてもいた。

そんな反省と後悔が2学期終了後の自分を変えた。藻岩ウサギ平での小回り・コブ、から松ロング、転倒からの板外しで師匠にさんざん迷惑をかけたが、とにかく付いていくしかなかった。岩岳の総滑では直滑降を長めにとり、思い切り滑った。札予のようにはしなくなかったからだ。春練では先輩方の考えを聞き質問し、その理解に努めた。岩岳、朝里ともに大会の結果は決して良くはなかったが、シーズン序盤の自分の取り組みを考えると納得できた。シーズン後半の頑張りではほんの少しでも師匠に良いところを見せられていれば幸いである。

今思えば、団体裏のウサギ平で発狂したことも、1年生で退部を考えていた人と既に退部した人で話し合ったことも良い思い出である。エレを辞めないで本当に良かったと心から思う。来季は今季の反省を踏まえ、後々後悔しないよう建築の勉強以外を全力でスキーに注ぎ込む。今までの自分に克つ。

最後に、1年間私を引っ張ってくださった師匠をはじめとする先輩方と、共に励まし合い頑張ってきた同期への無尽蔵の感謝を表し、結びとさせていただきます。

武内 敦貴



北大に入学して早くも一年が経ちました。本当に時間の流れが早く感じるようになりました。オフシーズン、シーズンを振り返って目標を定めました。

オフシーズンの目標

- ・動ける体を作る
- ・柔軟性を高める
- ・札幌マラソンで無事完走し、オガサカメイトで1番早く完走できるようにする
- ・バイトを頑張る
- ・勉強

スキーシーズン中の目標

- ・一級をとる！
- ・選考会通過

箇条書きにしてみましたがかかなり課題がありそうです。昨シーズンで自分の体の柔軟性が非常に乏しく、また筋力が足りていないことも痛感しました。スキーは上手になりたいという気持ちと同時にたのしく滑りたいというものもあるので怪我だけは絶対しないようしっかりと準備をしてシーズンを迎えられるようにします。また今シーズンは親にお願いしてお金の補助をしてもらおうというみっともないことはしたくないので自分で頑張って稼ごうと思います。計画は立てましたが本当に大変です。スケジュール的にも自分で別の日にトレをする時間がなさそうなので、週3回のトレを大切にしようと思います。またシーズン中の目標ですが、自分は先ず1級をとることに専念します。昨シーズンの朝里検定のとき-1で落ちたのは本当に悔しかった。今までの失敗の中で一番精神的にくるものがありました。自分が減点されているであろうと思った種目と実際に減点されている種目が違ったのでずっとひきずっていました。結局は実力不足でしかないのでリベンジするしかありません。岩岳の新人戦ではポイントを取ることができず点数としてはエレに貢献できませんでした。ポイントが取れたらもっとうれしいのだろうなと思います。選考会も通過して今年こそは自分の頑張りがエレに反映されるようにしたいです。まずこの壁を乗り越えてから新たな目標を設定するつもりです。ほかにも書きたいことはありますが、文章にするとともにまとまりのない文章になると思うので心の中でこの一年をどう過ごすかを考えることにします。

田中 成奈



目標：団体 A チームに入る。
岩岳個人戦でスーシーをとる。
道大会出場

あっという間の一年だった。うれしいことや、めっちゃ悔しかったこと、本当にいろいろなことがあった。そのことについてこの SUPR に綴ろうと思う。

まず、僕がエレガントスキー部に入部することになった経緯を書く。もともと F 研に入ると決めていたが、ごつつあんしてもらいたくていろんな新歓に行っていた。エレも飯のために行ったのだが、先輩は優しそうだし、部の雰囲気も自分に合ってそうだなと思い、翌日入部した。あまり何も考えず勢いで入ったが、結果的にはエレに入って良かったと思う。

入部してすぐオフシーズンが始まった。スキーのことはあまりよくわからなかったなので、とにかく普段のトレをまじめにやった。7月くらいからはインラインもするようにして、オフシーズンにできることはちゃんとしていたと思う。ただ一つ反省するとしたら、先輩からあまり指導してもらわずに滑っていたせいで、変な癖がついてしまったことだ。今シーズンは

先輩に教えてもらいにいくようにして、後輩にも教えていきたい。

11月、とうとうシーズンイン。僕は運動神経があまりよくなないので、みんなにおいて行かれないとか、微妙な順位にいたくないとか、いろいろ不安があって、シーズンイン直前はすごく憂鬱だったのを覚えている。でも、いざスキーを始めてみれば、そういう不安はもちろんあったが、それ以上にスキーが楽しいし、先輩方が教えてくれるおかげで日々、自分の成長が感じられて、それがうれしくて気づいたらほぼ毎日スキー場に行っていた。

12月の終わりには2級をとれたので個人戦選考会にも出させてもらった。この選考会のおかげで、オーズスのダウンヒルに慣れることができた。

そして2月。自分にとってこの1年で一番気持ち的にきつかった新人戦選考会があった。選考会前は、それなりに自信があったので絶対1番（憲太郎を除いて）になってやると思っていたが結果は6位。ショックだった。悔しすぎて誰とも話したくなかった。選考会後は身の入らない日々が続いた。それまで、毎日事細かに書いていた練習ノートもそれ以来一切書いていない。それでも、練習には毎日行った。

そうこうしているうちに岩岳大会が近づいてきた。出発直前にインフルエンザにかかり1週間くらい練習が出来なくなって絶望の中で岩岳に行った。大会中は個人戦の逆転劇や師匠の活躍を見て興奮した。そして新人戦。緊張で朝から下痢がひどかった。サポートで師匠がついていてくれたのは本当に心強かった。新人戦は表彰台が当初の目標だったが、無理だと思ったので少しでもいいポイントを取ることを考えて滑った。でも、結果は予想外に良くて13位だった。滑走順にも恵まれてあと少しで表彰台であっただけにすごく悔しかった。でも選考会以来ずっと持てなかった自信がすこしはもてた。

朝里大会では、新人戦、敗者復活戦、準決勝で毎回エレ内の順位が変わったので激熱ですごい試合になった。準決勝では、コブを除けばいろんな先輩に勝てたのですごく気持ちよかったし、自信になった。

振り返ってみると昨年度は結果にこだわりすぎて、そのせいで気持ち的にもすごく辛かった。今年度は、もっとチームワークを大事にして、結果にいたるまでのプロセスを大事にしていきたい。

谷岡 拓実



北海道に来たからにはウインタースポーツがしたい、そう思っていたところたまたま勧誘されたのがエレでした。そしてそのまま、説明会や新歓スキーで楽しそうだったので入部しました。それからもう1年もたってしまいました。

今思い返すと昨シーズンはもう少しこうすれば良かったと後悔することが多いです。スキ

一もそれまでほとんどやったことがなく、スキーについて何も分からずその大切さも何も理解していなかったの、オフシーズンのトレはただなんとなくこなしていただけでした。週 3 回のトレにただただ行き、ただただ言われたメニューのトレーニングをする。スキーについて分からなかったの、なかつた部分も多いけど、柔軟とかインラインとかもっとやっておけば良かったとおもいます。

シーズンインしてからもスキーについてほとんど分からないまま、そしてあまり考えもせずただただスキー場に通い、スキーをただ滑って終わりという感じになっていました。その結果滑走日数も多くなかつたこともあり、結局昨シーズン目標であった 1 級がとれずに終わってしまい、岩岳や浅里でも良い結果を残すことができませんでした。でも、シーズンは楽しかったように思えます。毎週の公式練や放課後などスキー場に行くと師匠をはじめとする先輩たちやコーチの方々に教えていただき、スキーが少しずつでもうまくなっていくことが感じられ嬉しかったです。本当に師匠には感謝しています。ありがとうございました！

今シーズンの目標は、1 級をとること、岩岳個人戦出場です。僕の学科はとても忙しくなってしまうらしいので、今シーズンはスキーにいける機会が限られてくるとおもいます。今のままの実力では選考会を通して岩岳にできることは難しいと思うのでオフシーズンからしっかりトレーニングをして、理論を勉強していきたいと思います。そしてシーズンに入ったら 1 本 1 本の滑りを無駄にしないように考えてすべっていくたいと思います。

中村 凌太郎



来シーズンの目標：個人戦選考会通過、道大会出場、岩岳 50 位以内

受験の失敗から北海道大学に入学し、まずサークルはどうしようと考えていて今までやってきたサッカーから離れて新しいスポーツをしようと考えてスキーをすることを決めました。入部した同期の中にはスキーをするために北大にきた、なんて人もいたのでとりあえず入った僕からすると、入る部活間違えたかなとも思いました。

スキー自体はやったことがあり運動も長い間やってきたので、楽しくうまくなっていければいいや、と楽観視していました。実際シーズンに入りスキーを本格的に練習し始めると、うまい先輩方や同期、そして成長していかない自分を見てかなり焦りと不安がありました。また膝の怪我や人生初のインフルエンザもあり、練習しに行きたいのに行けない、自分が休んでいるうちに成長している同期の姿にも焦り、これからどうしようと考えることが多く、かなり苦悩しました。さらには、しっかり準備をして望んだ岩岳大会では思うように点数が伸びず、選考会では勝っていた同期にかなり負けてしまい、結果としてもあまりいいもので

はありませんでした。このままやっても意味がない、そのように感じて退部も考えたこともありました。しかし、岩岳大会後に僕の頑張りを認めてくださった先輩・両親や朝里大会での結果、さらには1級取得をしてから、諦めずに頑張ってみようと思うようになりました。今では、この悔しさをバネに来年は上記の目標に向けてオフシーズンから準備していきたいと思います。

1年通してスキーは僕に多くのものを与えてくれました。特にスキーをできない時間が大きく自分を変えてくれました。まずスキーというスポーツは結構難しいこと。次に自分の長所・短所をスキーの中だけでなく、日常の自分や別のスポーツの中でも見つけることができるようになりました。つらいことも多かったけどそれ以上に得たものが多かったと思います。スキーを教えてくださった先輩方や一緒に頑張ってきた同期に感謝をし、今ではエレガントスキー部に入ってとてもよかったなと思います。

長世 智朗



この1年間を振り返ると、自分に甘かったと思う部分が多くある。

高校までは監督やコーチがいて、その方たちが決めた日程やメニュー通りに練習をしていた。半ば強制的に練習をやらされていたように思える。しかし、エレにはそういった方々はおらず、自主的に練習に取り組まなければならなかった。

昨シーズンを振り返ると、私はスキーに全力で取り組めていなかった。練習が自主的であったため、自分に甘い私は練習に行く回数が少なかった。そのため、教えてもらったことを身につけられないまま新しいことに取り組んだために上達が遅れたように感じる。また、同期との競争意識が低かったため、よりスキーへの意識が低くなっていた。

また、スキーだけでなく勉強も意識が低かった。スキーも勉強も、それぞれどちらかを言い訳にしてどちらにも全力になれていなかった。結局スキーの目標は達成できず、行きたい学科には行けたがぎりぎりであった。正直、頑張ったと胸を張れるような努力をできていなかったと思う。そのため、当然であるが同期の中では上手くないため、岩岳では情けない気持ちで一杯だった。

以上の反省から来年の目標を次のようにした。①オフシーズンからの体作り②スキーも勉強も高クオリティ③危機感を与える

まず1つ目は体作りである。昨シーズンは腰の怪我によって2月にほとんど練習に参加できなかった。もともと体が硬く腰を痛めていたにもかかわらず、柔軟や体のケアを怠っていた。今年は怪我をしないように、筋肉をバランス良くつけて柔軟性を高めたいと思う。

2つ目はスキーも勉強も高いクオリティにすることである。私はどちらか一方をおろそかに

するともう一方もおろそかになると考えている。つまり、一方を妥協すると、同じような考えでもう一方も妥協してしまう部分が出てしまうと思う。しかし、去年はどちらも十分に努力できていなかったために、それぞれで妥協した部分が出ていたように思える。今年はスキーも勉強もどちらも全力で頑張ることで抜け目がないようにしたい。

3つ目は危機感を与えるである。これは、昨年負けていた人と戦えるだけの実力をつけて競争するということを意味する。実際、去年は実力がなく同じ土俵に立てていなかったと思う。自信も持てていなかった。だから今年は練習により自信と実力をつけて、選考会で競い合えるようにしようと思う。

最後に、昨年のオフシーズンとオンシーズンでご指導くださいました方々には本当に感謝しています。その成果を発揮できずにすみませんでした。今シーズンは必ず自分も納得のいくような結果を出します。来年もご指導のほど宜しくお願い致します。

今から頑張る！

家壽多 美苗



目標：年内に一級取得、新人選考会二位、岩岳新人表彰台
間違いなくエレ1の不良部員だった。もはや黒歴史である。

エレガントスキー部の存在を知ったのが、いつだったかは覚えていない。とにかく北海道に行くなら存分にスキーがしたくて、エレと基礎を調べて説明会で入部を決めた。同期女子が一人しかいないし、学年もずれていたから流石に若干不安だったが、新歓合宿などで先輩方や他の同期と話し、何とかやっていけそうな気がした。実際、忙しくも楽しい充実した1年だった。

しかし、オフシーズンのトレの初っ端から遅刻をかまし、夏休みやシーズンに入ってから繰り返す、部に多大な迷惑をかけた。本当に申し訳なく、それでも色々ご指導くださった先輩方には感謝しかありません。

シーズンに入ってから、何とか年内に一級は取れたものの、自分の滑りの不安定さと飲み込みの悪さと先述の自己管理の甘さに自己嫌悪でいっぱい、師匠に顔向けできない日々だった。新人選考会については思い出したくもない。無様の一言に尽きる。スキーに対して斜に構えて真摯に向き合っていなかったことが露呈した。その後は、多少マシになれたんだろうか。藻岩のうさぎ平を縦コブでサクサク下る師匠と兄弟弟子の後ろを半泣きで下り、未経験で始めた同期たちに追い抜かされそうになりながら岩岳までの日々が過ぎていった。ちなみに、最後まで滑りの波は特に小回りにおいて岩岳新人戦前日まで、かなりの悲しい程の振れ幅を以て存在していた。ついでに体力と筋力の重要さも理解した。

二つの大会のうち、岩岳は、初めて参加する大会で純粋に楽しかった。新人戦は四位だった。嬉しくて悔しかった。表彰台には乗れたが、どうせならもっと上にと感じてしまった。もっと練習していたら、もっと習った事を体現できていたらと。(ついでにちょっと悲しくなった。受賞者呼名で下の名前を間違えられたことに。みなえですから、なみえじゃないです)朝里は割愛させてほしい。取り敢えずコブができないと戦えないことと抜重したら怪我をすることを身を持って思い知った。

シーズンを振り返り、今シーズンの目標とするのは、選考会でクラブシードを取って岩岳でスーパーシードを取ることに、さらに朝里で決勝に進むことだ。よってオフシーズンは体力と筋力をつけて動ける体を作り、シーズンに入ったらコブ練をしっかりしたい。

最後に、生意気で自己管理のなっていない不良部員を見捨てずに部に置き続けご指導くださった師匠をはじめとする先輩方や練習に来てくださったコーチの方々、本当にお世話になりました。

八尋 雄太



目標：年内に1級の取得、選考会で岩岳メンバー入り、朝里決勝進出

オフシーズン

入部当初、エレはオフシーズンのトレをしっかりやることを知っていたので、1浪で体力の落ちた自分がついて行けるか不安だったが、心配していた以上に体は思った通り動き、トレを重ねるにつれ徐々に体力も戻っていき、シーズンに入る前には高校でハンドのキーパーをしていたときよりも動けるようになっていた。インラインについては、初めは同期が皆なれていく中、全くうまくならなかったのが悔しく、夏休みに自宅前で練習を重ねそこそこまくなれたと思う。

今年度はエレのトレだけでなく、主に夏休みに自主的に筋トレ、スタビラ、ランニングを行い、シーズンに向けより長い時間、長い距離、多い日数を滑られるように努力したい。

シーズン

シーズン初期は、子供の頃に家族でちゃんとした講習を受けずに滑っていたことで、先輩方の指導を受けたときの違和感がしばらく消えなかった。変な癖がついたらなかなか直らない性格で、シーズンを通して悩んだロングターン中の低すぎる姿勢や、かぶり気味の上体、過度な外向は最後まで直らなかった。エランの板のずらし方が最後まで自分のものに出られず、ショートターンも岩岳、朝里を通して低い点でとどまった。コブに関しては、2級検定前、選考会前、岩岳前と言い訳して全然練習をしていなかったツケが最後に回ってきた。春

のコブ練の中川さんの指導でなんとか良い感覚を得られたものの、それでも同期の中ではへたな方そのまま終わった。

今年度はショート板を他のメーカーに変えるので、うまくいかないことを板のせいにならず、変な良いわけを自分に言い聞かせず、自分が下手くそなことにちゃんと向き合い目標が達成できるよう努力しようと思う。