

2023MTB ヤングキャンプ 実施報告書

1. 概要

本年度、公益財団法人 JKA の自転車競技普及助成事業「ダート系（MTB）自転車種別の導入による競技全体への普及促進事業」を活用し、MTB のトレーニングキャンプを実施した。本キャンプは、2020 オリンピック東京大会 MTB 競技の開催された本センターの伊豆 MTB コースを利用して、経験豊富な指導員による安全でかつ楽しい MTB キャンプを実施することで、競技者層の拡大を図ると共に、スポーツを通じて、参加する若年層の人間形成にも寄与する。特に若い世代に対して、ダート系である MTB を通じて、自転車のコントロールスキルやバランス感覚など、この時代に身に付けたい能力も養う。

2. 実施日時及び場所

令和5年12月28日（木）～12月30日（土）

伊豆 MTB コース

3. 参加者

男子 10 名、女子 2 名 別添資料 1

4. 執務（指導）員

競技指導

日本スポーツ協会公認自転車競技コーチ 3

日本スポーツ協会公認自転車競技コーチ 3

オリンピック講師

内田翔氏（2008 北京オリンピック 競泳日本代表）

運営スタッフ

事業部次長（競技振興課長兼務）

事業部競技振興課担当

伊豆市地域おこし協力隊

5. プログラム内容

静岡県自転車競技連盟のタレント発掘・パスウェイ事業においても、月3回本センターの伊豆 MTB コースで同年代の子どもたちへの指導を行う古郡氏、また元メリダジャパン所属で、ユースオリンピックやアジア選手権大会への出場経験も持つ山田氏の2名の指導体制で、安全かつ楽しいプログラムを実施した。参加者に関しては、経験者が多かったものの、世界屈指の難コースでもある同コースを安全に走行するための、基本的スキルを十分に行ったうえで、それぞれのレベルに合わせたプログラムがなされた。その中でも、本センターが指導協力する三島市主催の「みしまジュニアスポーツアカデミー」第9期生（7期も経験）で、2022年レスリング全日本女子オープン選手権（小学校5・6年）キッズ女子45kg級で全日本チャンピオン

になった参加者もいた。彼女は、レスリングを実施しながら、同アカデミーで他スポーツにも挑戦し、さまざまな経験を積んでいる。7期生の時には、伊豆ベロドロームにおいて、参加初日からスプリンターレーンを走るなど、やはりその身体能力には抜きに出たものが認められる。実際に、MTBにおいても、到底初心者では行けないような岩場など、果敢にトライしてクリアしていた。さらには、もう一名同アカデミー生からの参加があった。一方、普段はMTBを楽しんでいるが、同キャンプ直前の静岡県自転車競技連盟主催で、伊豆ベロドロームにおいて行われた「初心者トラックトレーニングキャンプ」に参加した選手が2名いた。彼らもまた、普段MTBで培っているバランス感覚で、初めてのベロドロームでも、スムーズに走っていたのが印象的である。他にも、普段から本センター主催のクリテリウムシリーズに出場する選手などの参加があり、非常にバラエティに富んだ参加者を集めることができた。トレーニングは、大きく経験豊富なグループと初心者または経験の浅い選手のグループと2班に分かれて、それぞれのレベルに応じた指導を受けた。皆、3日間という短期間ではあったもののスキルの向上が目に見えてわかるほどの上達ぶりであった。また、2泊のうち、初日は、「自分の目標設定や夢のリマインド」を課題として、目標をもつ重要性を説いた。2日目には、2008北京オリンピック競泳日本代表の内田翔氏に、オリンピックやスポーツをすることの大切さ、またそこから学ぶもの、をご講義頂いた。キャンプ開始時には、本センターが過去来注目している、競技パフォーマンスとジャンプ能力の相関についての、データをとるため、ジャンプテストも実施し、最終セッションでは、全員でリレーも行った。

7. 実施の成果

今回のキャンプの主旨は、MTBという競技を通じて、バランスやバイクコントロールスキルなど、対象年代で発達のピークを迎える身体能力を養うとともに、それを活かして、将来的に、MTBのみに捉われず、トラックやロード、BMXなど他種別についても興味喚起を起こす目的もあった。また前述の通り、レスリングの専門の子が、自転車競技に興味を持ち、チャレンジしてくれるような仕組みづくり、仕掛けができたことと振り返ることができる。参加者の中には、サイクルスポーツクラブにも入会し、トラック、MTB、そしてクリテリウムなどのロードも楽しむ者もいた。特に、この年代は1種別、また自転車のみで捉われることなく、いろいろなチャレンジをする方が、将来専門種別に絞ったときにも、その成長度合い、いわゆる「伸びしろ幅」が大きいと考えられる。自転車の強豪国ひしめく欧州においては、それが普通に行われており、その蓄積が、オリンピックや世界選手権大会などの好成績につながっていると思慮される。

また、オリンピック講話では、内田氏からオリンピックやスポーツを通じて人間形成、参加者の心身ともに健全に成長するためには、何が必要なかを講義していただき、参加者は、普段なかなか会う機会がない、オリンピックから講話を聴き、競技だけではなく、人間にとっての重要なことを学ぶことができたと思われる。また、この講話は保護者の方にもオープンにして、お話を聞いていただくことで、本人だけではなく、家族の協力もあって、立派なアスリートに成長してもらうような仕掛けができた。

8. 今後の課題

本センターは、トラックはもとより、オリンピックコースである伊豆 MTB コース、さらには、一般交通から遮断されて安全に走行ができる 5 キロサーキットなどを保有するため、今回の複数種別による自転車競技の育成環境としては、世界でも類を見ないと自負する。このエリアだけで、自転車版パスウェイが完結できるといっても過言ではないため、本センターは、それを担う責務・使命は、非常に大きく、今後も同様のキャンプを開催していくべきであろう。また、競技別 NTC という立場から、JOC（日本オリンピック委員会）を通じて他スポーツのオリパラ選手ともコンタクトも取りやすいメリットを活かし、自転車競技だけでなく、他のスポーツとの交流地点としても、その存在を発揮して、自転車競技界のさらなる発展に寄与していかなければならないと思われる。



ジャンプテスト



山田コーチから操作方法を教わる初心者（みしま JSA 生）



スキル練習



スキル練習



走行前のライン取りチェック



古郡コーチから体重移動を教わる



経験者グループ



初日に天城越えセクションで岩場を攻略できるようになる初心者



2日目のウォーミングアップ



難なく岩場を走行する初心者（みしま JSA 生）



自身の走行順番を待つ経験者グループ



難コースに果敢に挑む初心者（みしま JSA 生）



経験者グループ



目標設定



オリンピック講話（内田翔氏）



参加者



参加者（終了授与）

オリンピック講義 講師紹介 (内田翔氏)

2008年北京オリンピック(水泳・競泳)に出場。翌年の世界選手権2009ローマ大会では、200m自由形にて予選、準決勝、決勝と日本記録を3回更新して日本人初となる決勝進出・4位入賞を果たす。現在は小学校を始めとする全国の教育機関にて水泳の指導を行う。様々な組織を対象に講演活動を通して、オリンピックのレガシーを伝えながらスポーツの普及活動を行っている。



小中生合宿MTB技術学ぶ

伊豆サイクルスポーツセンター

伊豆市の日本サイクルスポーツセンター(CSC)は28日、小中学生を対象にした2泊3日のマウンテンバイク(MTB)ヤングキャンプをCSC内でスタートした。県内の小学4

年～中学2年の男女12人が、五輪のMTB競技が行

われた起伏豊かな「伊豆MTBコース」などを使い、練習に励んでいる。30日まで。

日本スポーツ協会公認自転車コーチの山田将輝さん



マウンテンバイクの練習に取り組む参加者
＝伊豆市の日本サイクルスポーツセンター

と古郡今日史さんが講師を務める。参加者は初心者からレース経験者まで能力はさまざま。初日はMTB乗車時の姿勢やギア調整といった基本から指導を受け、乗車しながらのスクワットにも取り組んだ。

MTB初挑戦という三島市立錦田中1年の小林叶実さん(13)は「慣れないところもあるが楽しい。友達をつくり、いろいろな知識を身に付けたい」と話した。

29日以降は伊豆MTBコースの各セクションに挑戦しながら技術習得に励む。2008年の北京五輪に競泳で出場し、800リレーで日本新記録(当時)を樹立した内田翔さんを招いた講話も予定される。

キャンプは、MTBの競技人口拡大と人間形成を目的に実施している。

(大仁支局・小西龍也)

12月30日

伊豆日日新聞

MTB基本操作学ぶ

2泊3日 小中生にキャンプ

CSC



伊豆市大野の日本サイクルスポーツセンター(CSC)で30日まで、小中学生を対象にした2泊3日のマウンテンバイク(MTB)キャンプ(CSC主催)が開かれている。三島市、伊東市、函南町、西伊豆町をはじめ県内の小学4年~中学2年の男女12人が参加。五輪のMTB競技が実施された「伊豆MTBコース」などを使い、トレーニングに励んでいる他、オリンピックの講話を通じてスポーツに取り組む姿勢を学んでいる。

(伊豆日日新聞 佐々木誠)

日本スポーツ協会公認の2泊3日、認定自転車コーチの山田将輝さんと、古郡今日史さんが講師を務めている。参加者は初心者からレース経験者まで、技術や能力はさまざま。

MTBの基本操作を学ぶ児童。伊豆市大野の日本サイクルスポーツセンター。

MTB初挑戦という三島東小5年の加藤月さんは「自転車は好きで普段から乗っているが、MTBは初めての挑戦。難しさもあるけれど、初めての体験

が楽しい」と話した。MTB競技者層の拡大と人間形成を狙い、昨年に引き続き2

回目の開催。2008年の北京五輪に競泳で出場し、8000メートルで日本新記録(当時)を樹立した内田翔さんを招いた講話も聞いた。最終日の30日も、伊豆MTBコースの各セクションに挑戦しながら、技術習得に励む。

1月7日

伊豆日日新聞



マウンテンバイクヤングキャンプで、基本操作の習得に励む参加者
＝伊豆市大野の日本サイクルスポーツセンター(12月29日)