

ローイング競技の見方

1 競技種目

ローイング(ボート)競技は、ボートレース、漕艇またはレガッタ(競漕会)とも言われています。競漕会で使用される競漕艇は10種類ありますが、今年のSAGA2024国民スポーツ大会(以下「国スポ」という。)では10種類の内の4種類が採用されています。

競漕種目としては、第63回大会(大分国体)から成年女子と少年女子のダブルスカルが追加され、舵手つきフォア(成年男子)、舵手つきクォドルプル(成年女子・少年男子・少年女子)、ダブルスカル(成年男子・成年女子・少年男子・少年女子)、シングルスカル(成年男子・成年女子・少年男子・少年女子)、の12種目を行います。また、国スポで使用する競漕艇は、大会主催者側にて用意された艇が用いられることになっています。

2 艇の種類

種目	全長	全幅	漕手	舵手
舵手つきフォア (4+)	12.8m	51cm	4人	1人
舵手つきクォドルプル (4×+)	[男子艇] 12.8m [女子艇] 11.94m	[男子艇] 51cm [女子艇] 48.6cm	4人	1人
ダブルスカル (2×)※男女同じ	9.4m	43cm	2人	—
シングルスカル (1×)※男女同じ	7.9m	42cm	1人	—

舵手つきフォアは、1人の漕手が1本のオールを用いるのに対し、舵手つきクォドルプル・ダブルスカル及びシングルスカルは、1人の漕手が2本のオールを用います。また、ダブルスカル及びシングルスカルは舵がなく、漕手は左右2本のオールを用いて艇を直進させる必要があるため、高度な技術を必要とします。

全ての艇には座席(シート)の下に2本のレールがあり、足の屈折によって座席(シート)が前後に動き、自然な脚運動が出来るように造られているのが特色です。オールの支持具(リガー、クラッチ等)は、艇外に張り出して取り付けられています。

シングルスカルは昭和37年の第17回大会(岡山国体)、舵手つきフォアは昭和50年第30回大会(三重国体)、ダブルスカルは昭和63年の第43回大会(京都国体)、舵手つきクォドルプルは第56回大会(宮城国体)から正式種目となりました。

3 競技方法

国スポでの競漕距離は、各種目男女とも1,000mです。スタートには各レーンにステイクボート(またはポンツーン)が設置されており、レースに出漕する各クルーはこのステイクボートに艇尾をつけ、艇首をフィニッシュ方向に向け、かつ発艇線(スタートライン)上に並びます。発艇時

刻が近づくと、発艇員（スターター）はクルー名をロールコールした後、「アテンション」「ゴー」の号令とともに、発艇旗（赤旗）を振り下ろして発艇させます。これがレースのスタートです。

勝敗は艇首（バウポール）が決勝線（フィニッシュライン）に到着した順序で決定します。全艇がフィニッシュラインを通過し、審判艇から白旗が揚がるとそのレースは成立したことを意味しますが、レースの途中でのコース侵害や接触妨害等があった場合は審判艇から赤旗が揚がり、審議の結果、原因を引き起こしたクルーは除外となる場合があります。

また、発艇で2度のフォルススタート（フライング）を犯した場合、当該クルーは競漕から除外されます。

4 クルーポジションの役割

舵手つきフォア及び舵手つきクォドルプルでは、艇首に最も近い漕手を舳手（B：バウ）と呼び、以下順番に2番、3番、整調（S：ストローク）、舵手（C：コックス）と言います。整調のオールと同じ側をストロークサイド、その反対側をバウサイドと言います。

「整調」はクルーの要として、クルーのレースレート（ペース配分）を決め、それに合わせて正確なリズムを作り出す重要なポジションであり、漕歴の長い漕手がふさわしいとされています。

「3番」「2番」は艇の中央に位置し、いわばエンジンの役割を果たすため、体力のある漕手が適任とされています。

「舳手」は最も艇首に近く、他の漕手の様子を見たり、時には声をかけたりすることも必要なため、技術的に優れた漕手が望ましいとされています。

「舵手」は、スタートからフィニッシュまで艇を真っ直ぐ進むように操舵し、また、クルーの調子をうかがいながら指示を出したり声をかけたりする等、言わば司令塔のような役割を担っています。競漕する他のクルーと駆け引きをしながら、状況を冷静に判断し、勝負どころではスパートのタイミングをクルーに指示する大変重要なポジションです。

5 ピッチ（レート）とは？

「ピッチ」とは、1分間にオールを漕ぐ回数を言います。例えば、「ピッチ 35」であれば、1分間に 35 回漕いでいるということを意味します。

レース中は、スタートダッシュをハイピッチで、中間ではコンスタントピッチ、そしてラストスパートでは再びハイピッチという具合に上げ下げします。

コンスタントピッチとは、最も無駄がなく、しかも艇速が伸びる時のピッチのことで、ちょうど汽船が経済速力で走っている時のエンジンの回転数に相当します。

ピッチは艇種、クルーの体格、力量、漕ぐ距離及び水面の状態等によって異なりますが、日頃の練習を通じてそのクルーにとって最も効率的なピッチで漕ぐようにしています。

6 「水が空く」とは？

艇差が「一艇身」以上空くことを指し、艇差を表す指標（単位）にもなっています。先行する艇の艇尾と追漕する艇の艇首との間に水（水面）が見える場合、「水が空く」と称し、一艇身以上の差がついていることを示します。

7 泡のあき具合

艇速を見る場合の1つの目安になります。艇が進んだ後には漕いだオールの泡が残ります。残っている舳手又は2番の泡と次に漕いだときの3番又は整調の泡との間隔を見ることによって艇速を知ることができます。

8 レースの見どころ

【スタートダッシュ】

発艇（スタート）した各クルーは加速をつけるため、非常に高いピッチで漕ぎ出します。ローイングは舵手以外、後ろ向きに進む特殊な競技であるため、少しでも前に出た方が相手を見ながらレースができ、精神的にも優位に立てます。従って、スタートダッシュでどれだけ他の艇よりリードできるかは、レース展開上重要です。

【コンスタント】

スタートダッシュで20本～30本漕ぐとピッチを落とし（セトルダウン）、コンスタントピッチに移行します。各クルーは、それぞれ固有のコンスタントピッチを持っています。1,000mのうち、このコンスタントのリズムで長い距離を漕ぐため、各クルーとも年間を通してコンスタントの強化練習に最も時間を費やします。コンスタントの大部分が有酸素運動であり、長時間にわたって最大の出力を出せるよう選手は日々努力します。コンスタントで漕ぐ時間はわずか3分ほどですが、ここに選手達の努力の結晶が詰まっているのです。

【ラストスパート】

リードされたクルーは差を縮めようと、また、リードしているクルーは更に水を空けて勝負をつけようと懸命に力漕します。艇差わずか十数センチを争うような接戦になると、スパートは極めて重要な作戦になってきます。レース展開や作戦によっても異なりますが、ラスト200m付近から最後の力漕に入ります。選手は、残っているエネルギー全てを出し切ろうとし、艇首がフィニッシュラインを通過するその瞬間まで全力疾漕します。

ローイングレースのタイムは、風、波、コース内の流速等によって大幅に左右されるので、公認記録制度はありませんが、男子舵手つきフォアでは静水無風状態の場合、1,000mを3分20秒前後、男子シングルスカルでは3分35秒前後で優勝が争われると思われます。また、女子は男子に対して25秒ほどのタイム差があるようです。

9 ローイング競技の魅力とは？

ローイング競技は日本ではまだ認知度が低い競技かもしれませんが、欧米では非常に人気が高く、長い歴史を持ったスポーツです。事実、オリンピックにおいては1900年開催の第2回パリ大会から採用されており、今日に至っています。

ローイング競技は、シングルスカルを除けば完全な団体競技であり、他のスポーツと異なり個人的な離れ業やファインプレーというものはありません。また、一瞬にして勝敗が逆転するようなスリル感もありますが、全国各地の予選を勝ち抜いてきた各都道府県の代表選手が郷土の栄誉を担い、力の限り力漕いたします。ローイング競技では、昔から「一艇ありて一人なし」という言葉が語り継がれています。クルーの息が合わないと、個々の能力があってもバランスを崩し、艇は曲がり、速度は出ません。シングルスカルの選手を含め、これまで一緒に練習してきた仲間や監督の気持ちをオールに乗せて力漕します。

選手達は、レース中、仲間の顔を直接見ることができない分、お互いを信じてフィニッシュラインまで全力疾漕するしかありません。これまでの日々の努力の結果の全てを、時間にしてわずか4分前後のレースに注ぎ尽くします。加えて、特に漕ぎ方に複雑な変化をつけるわけではなく、ただひたすら同じ動作を繰り返すだけです。しかし、この「仲間を信じてひたすら漕ぐ」姿勢がローイング競技の最大の魅力でもあり、そこには我々の想像を超えた数多くのドラマが詰まっているのです。

今年の国スポでも、ここ佐賀市の地でオアズマン同士の熱い戦いが繰り広げられることでしょう。記録にも記憶にも残る最高のレースができることを祈念いたします。