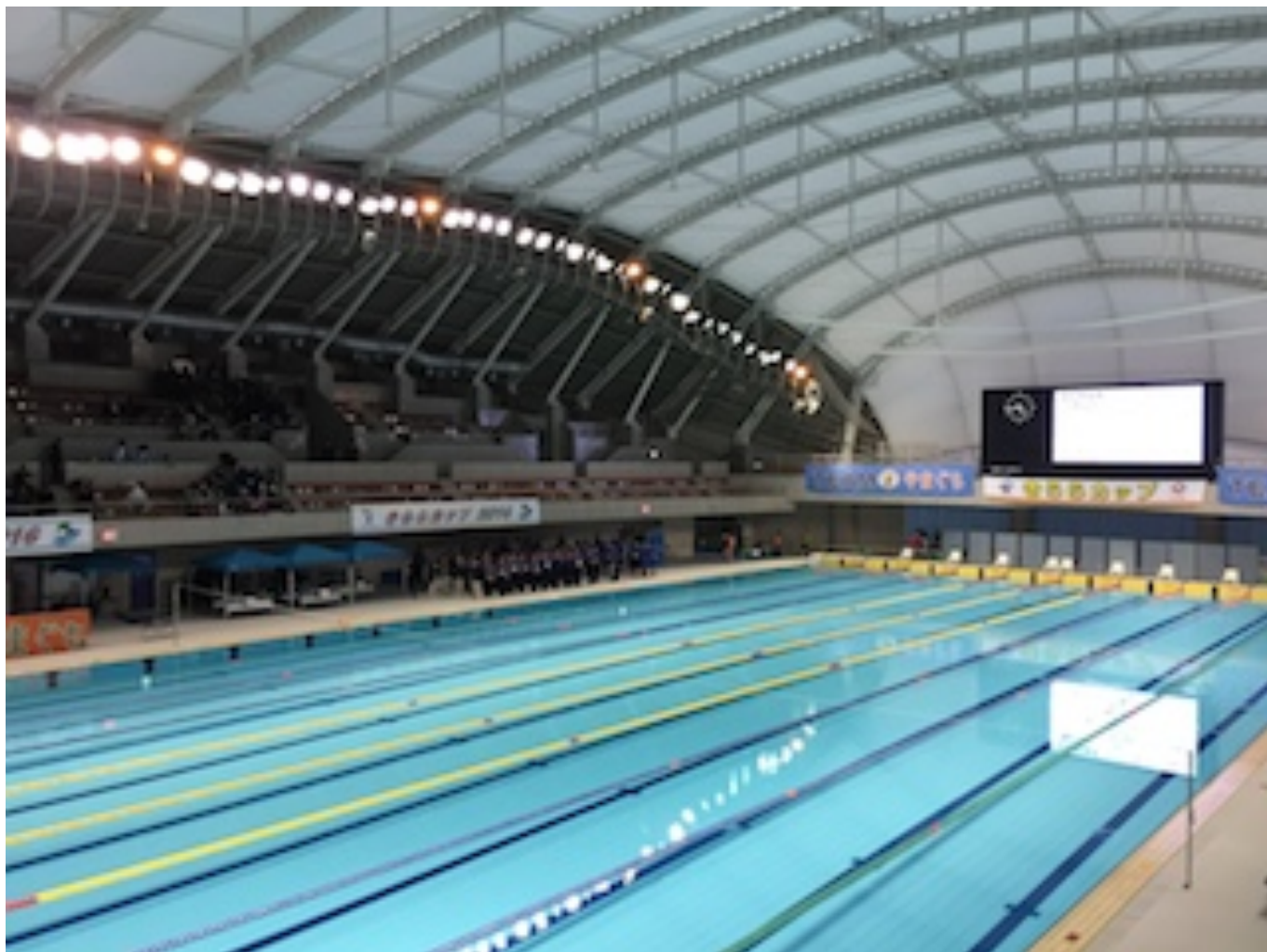


きららカップ2016 水泳競技大会



期間：2016年2月12日（金）～2月14日（日）

会場：山口きらら博記念公園水泳プール（山口県）

理学療法士 中谷 拓也

【きららカップとは】

毎年2月の2日間に渡って開催しています。今大会の出場選手は、西日本中心に全国から約1,300人。男女別に10歳以下、11~12歳、13~14歳、15歳以上の4つの区分に分けられています。オリンピックや世界選手権にも出場した選手から国内トップクラスの選手も出場しています。



【山口きらら博記念公園水泳プール】

普段、このプールは一般開放されておらず、各大会の時しか使用していません。山口きらら博記念公園水泳プールは、練習では水深2.5mでしたが、本番は水深3mになり、水中カメラが設置してありました。

【出場種目】

- ・ 『100m Butterfly』
- ・ 『200m Butterfly』



【2月12日（金）】

公開練習日で大会会場を開放していました。出場する選手が各レーンを使用し、スイムトレーニングを行っていました。松田選手は、約2時間スイムトレーニングを行い、食事、入浴、マッサージの順でコンディショニングを行いました。昨年11月（高地トレーニング）、12月（AT&T Winter National Championships）に帯同した時よりも身体のコンディション（関節可動域、筋肉の状態）は向上し、その時よりも身体が大きくなっている印象でした。松田選手自身もコンディションは良くなっていると話していました。この大会は、4月に開催されるオリンピック選考会である日本選手権のレースを想定し、今までのトレーニングの成果を発揮するものでもあります。

【2月13日（土）】（大会1日目）

この日松田選手は、『200m Butterfly』に出場しました。予選は、2位通過。決勝のレースまでの時間を逆算し、松田選手はコンディショニングを食事とマッサージで行いました。また、予選レースの動画を見て、スイムフォームの分析と今後の課題を考えていました。予選レース後、身体のダメージも気になる程はありませんでした。『200m Butterfly』結果は、第2位。



【2月14日（日）】（大会2日目）

この日は、『100m Butterfly』に出場し、予選は、4位通過。予選レース後、決勝レースに向けて松田選手は昨日同様、決勝レースまでの時間を逆算し、コンディショニングを行いました。予選レースの動画を見てスイムフォームの分析、久世コーチと話し合っていました。



『100m Butterfly』は、1位。今大会初めて、ギャラリーから大きな拍手がありました。レース後すぐに動画を見てスイムの分析をしていました。予選よりもタイムを縮め、泳いでいる感覚は良かったと話してしました。



【結果】

『200m Butterfly』 2位

『100m Butterfly』 1位

今大会、松田 丈志選手、入江 陵介選手のコンディショニングを担当させて頂きました。

