

スポーツクライミング

皆様こんにちは、豊橋市の国際交流員のスティーブン・カーネルです。今回は東京 2020 オリンピックで正式種目デビューをする「スポーツクライミング」を紹介したいと思います。



スポーツクライミングとは人工の岩壁を登る競技です。東京 2020 大会では「リード」、「ボルダリング」、「スピード」という 3 つの種目に分かれています。

ロッククライミングをイメージすると恐らく思い浮かぶのは「リード」です。安全のためにロープを確保する「ビレイヤー」という人と協力して、規則的な間隔で設置してある器具にロープを引っ掛けながら登る種目です。東京 2020 オリンピックでは 6 分以内、コースのどこまで登れるかを競います。コース最上部の終了点にロープを掛けたら、コース完了とされます。

「ボルダリング」とはロープや補助者なしで、比較的低い壁を登る種目です。壁の前傾も一般的にリードより厳しいです。近年ボルダリングジムが次々と現れ、とても人気のある種目になりました。東京 2020 大会のボルダリングでは、コースを 4 分以内に何度登れるかを競います。

「スピード」とは、予め最上部に確保されたロープ（トップロープ）に掛かり、コースをどれほど速く登れるかを競う種目です。世界のトップレベルでは男子が 5 秒～7 秒、女子が 7 秒～8 秒の猛烈な速さで登ります。毎回違うコースで行われるリードとボルダリングと違い、スピードは世界共通の高さ 15m のコースで行われます。そのため、スピードのトップ選手はスピードだけを専門とすることが多いです。とはいえ、東京 2020 大会は 3 つの種目を複合した形式で行わ

れますので、全選手が3つの種目に参加し、各種目の順位の掛け算で最終的な順位が決まります。つまり、ボルダリングで1位、リードで1位、スピードで10位に終わった選手は各種目2位に終わった選手に負けます。そのため、1つの種目のみを専門にしようとするよりも勝つことがとても難しいので、どの選手も3つの種目の激しいトレーニングに取り組んでいることでしょう。

スポーツクライミングは人工の岩壁で行われますが、岩登りと求められる身体能力は基本的に変わりません。壁から1cm出た出っ張り（ホールド）を指先だけで挟んで体を引き上げることや、すべすべのホールドにぶら下がった状態から腕の力だけで体を上のホールドまで投げ出すことなど、筋力、バランス、柔軟さ、身体能力の全体的な試練です。スポーツクライミングの強い選手の多くが自然の岩で腕を鍛えました。

現在東京2020大会の出場が内定した選手は割り当ての40人中、32人です。日本、アメリカ、フランスはそれぞれ上限の4人が出場内定しています。日本は男子の梶崎智亜選手と原田海選手、女子の野口啓代選手と野中生萌選手が出場権を手に入れています。豊橋のホストタウン相手国であるドイツもとても強くて、男子のAlex Megos選手とJan Hojer選手が出場内定しています。世界一のロッククライマーと呼ばれるフランスのAdam Ondra選手も登場します。

近年人気爆発的に出てきたロッククライミングがオリンピック競技となりましたのでこれからもっと人気になるでしょう。東京2020オリンピックで日本とドイツの選手は圧倒的な力で競争しますので、是非大会を観て応援しましょう！