



Japan Weightlifting Association

ウエイトリフティング



56kg級 糸数陽一選手（沖縄県・豊見城高校）が第29回全日本ジュニア選手権大会でC&ジャーク134kgの日本高校新記録樹立の写真（H.21.3.7・石岡市運動公園体育館）

2009 NO.103

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

「BCAAが入っているか」より、
「BCAAがどれだけ入っているか」が大事です。



BCAAが注目されています。筋肉のエネルギー源になり、その材料としても欠かせない必須アミノ酸、「BCAA」。あなたの「動く」や「動いた後」を変えてくれるこの栄養素も、今では手軽に摂れるようになりました。

けれども、BCAAが入っている飲料ならどれも同じ、ではありません。

『アミノバリュー』は2000mgを基本に、からだが必要とするBCAAを十分な量含んだラインナップ。ちょっとからだを動かす人から、トップアスリートまで。運動を続けられる喜びをフルサポートします。

BCAA 2000mg/4000mg 新アミノバリュー



サブリマントスタイル(顆粒タイプ) パウダータイプ BCAA1000mg

◎製品の詳しい情報は、大塚製薬ホームページ <http://www.otsuka.co.jp/a-v/>まで。◎製品のお問い合わせは、大塚製薬お客様相談室 03-3293-6111まで。

 **JAAF** アミノバリューは、日本ウエイトリフティング協会のオフィシャルドリンクです。

平成20年度 日本協会功労賞・年間優秀者賞

3月22日に群馬県原会長以下31名が飛田会長より表彰。受賞おめでとうございます。

<功労賞 11名>

原 時夫 (群馬県会長)	菊田三代治 (石川県副理事長)	田中 博文 (岡山県元会長)
小林 義幸 (東京都理事)	鈴木 裕之 (大阪府協会)	林 俊治 (徳島県理事)
岡田 隆 (山梨県理事)	阪田 幸次 (兵庫県理事)	赤星 宏一 (宮崎県理事長)
菅沼 義清 (富山県理事)	小高 正宏 (兵庫県理事)	

<優秀選手賞 13名>

三宅 宏実 (A・M・H) *オリンピック6位	角田 祥子 (粒メンテナンス(株)) *アジア選手権3位
大城みさき (エコーサポート神籠) *オリンピック8位	宮平奈美子 (九州国際大学) *Jr世界選手権3位
齋藤 里香 (金沢学院東高校教員) *オリンピック8位	新谷 義人 (金沢学院大学職員) *アジア選手権2位
嶋本 麻美 (金沢学院大学) *アジア選手権優勝	太田 和臣 (九州国際大学) *アジア選手権3位
橋田 麻由 (金沢学院大学) *日本新記録	山田 政晴 (群馬ガードシステム) *日本新記録
城内 史子 (金沢学院大学職員) *日本新記録	平岡 勇輝 (静岡県協会) *日本新記録
谷 綾野 (金沢学院大学) *日本新記録	

<優秀指導者賞 7名>

三宅 義行 (三宅宏実の指導者)	浅田 久美 (齋藤・嶋本・橋田・城内・谷の指導者)
比嘉 敏彦 (大城みさきの指導者)	原 徹 (山田政晴の指導者)
平岡 力 (平岡勇輝の指導者)	福田登美男 (太田・宮平の指導者)
小畑 直之 (新谷義人の指導者)	



3月22日 上野精養軒にて、優秀選手賞の三宅選手・功労賞の原群馬県会長。

表彰基準

<功労者>

- (1) 本協会加盟団体長として通算10年以上在籍し退任した者。
- (2) 本協会加盟団体にあつて、20年以上当該団体の運営及びウエイトリフティング競技の普及振興に貢献した者。

<優秀選手>

- (1) オリンピック競技大会及び世界選手権大会で8位以内に入賞した者。
- (2) Jr世界選手権、アジア大会、アジア選手権大会で3位以内に入賞した者。
- (3) 東アジア競技会、世界学生選手権、ジュニアアジア選手権で優勝した者。
- (4) 日本記録を樹立した者。

<優秀指導者>

上記優秀選手を育成した指導者

日本協会役員 殿
支部協会理事長 殿

(社)日本ウエイトリフティング協会
専務理事 篠宮 稔



競技規則の改訂について（通知）

このことについて、平成20年度第3回理事会においてIWFルールの改訂があった場合には、その時点で本協会競技規則を変更する旨決定いたしました。

去る、3月31日と4月1日にIWF総会が開催され、一部のルールが変更となりました。

つきましては、下記により競技規則を改訂いたしますので通知いたします。

なお、現在、競技規則・規程集を編纂中ですので、出来しだい有料にて販売いたします。

記

競技規則（2005～）

5-5-4（旧）

6-5-4（新）バーベルは、いかなる場合も1kg単位で増量される。

「解説」

3月までは、第1試技に成功の場合は2kg以上の第2試技に成功の場合は1kg以上の増量が必要であったが、4月以降は、どの試技においても1kg以上の増量が認められる。

5-5-11（旧）

6-5-14（新）コール後の重量変更は増量だけとし、重量が変更されるまで時計は止められ、器具のセットが完了すると時計は引き続き規定の時間まで動くこととなる。ただし、変更したために他の競技者が先に試技を行う場合には、変更後の試技時間は規定の1分間とする。

6-5-15（新）連続試技としてコールされた競技者が重量変更することにより他の競技者の番となり、その競技者がコールされ時計が動きだした後に更にその競技者が重量変更したため結果的に最初の競技者の順番となった場合に与えられる時間は1分間とする。

「解説」

最初の競技者に戻った場合、1分となるのは他の競技者がコールされ、時計が動いた場合である。

最初の競技者に戻った場合、最初の時計の残り時間となるのは他の競技者がコールされたが、時計が動かなかった場合である。

ウエイトリフティング協会会報NO. 103

2009年4月号

目次

＜巻頭言＞	強化本部長	小宮山哲雄	4
2008年世界マスターズ選手権大会報告		大森 康正	5
第1回世界大学選手権大会		大川 克弘	24
韓国交流合宿を終えて		田中 幸治	29
ベラルーシコーチ来日		小宮山哲雄	31
平成20年度全国導者講習会報告		小栗 和成	35
ベラルーシ合宿報告		稲垣 英二	37
平成20年度大学生米国合宿報告		岡田 純一	45
		加藤 智子	
韓国ナショナルチーム日本キャンプ報告		松尾 謙資	54
第29回全日本ジュニア選手権大会		宮田 秀樹	58
第24回全国高校選抜大会		白石 文江	64
平成20年度事業計画案について			67
平成20年度行事開催計画案			71
《公認記録表》			
第1回世界大学選手権大会			74
第56回関西学生選手権大会			76
アジアジュニア・ユース選手権大会			78
平成20年度高校選抜ブロック大会			82
第29回全日本ジュニア選手権大会			86
第24回全国高等学校選抜大会			87

巻 頭 言

＜北京までの4年間を振り返って＞



H19・20年度 選手強化本部長

小宮山 哲雄

強化の責任者として迎えた“第29回北京オリンピック競技大会”。大会を迎えるまではあっという間の4年間であった。そして、満足できる強化が出来ないまま終わってしまった感じがする。

既に皆さんご承知のとおり、男子成績は56kg級9位と11位・69kg級10位、女子は48kg級が6位と8位・69kg級8位であったが、世界との差はまだまだあると感じた。

強国と比べて日本が足りないところは強化の日数である。ナショナルチームとして300日以上合宿が実現しないと成果は上がらない。それには‘専属のスタッフ、練習に専念できる選手（プロとして活動できる選手）の環境がつけられること’であり、継続しての強化資金調達も重要課題である。2008年1月にナショナルトレーニングセンターが完成し、ハード面では素晴らしい環境が出来た。あとはどのように活用するかである。昨年5月と本年3月に韓国ジュニア及びナショナルチームが来日し合同で強化合宿が実施できた。また、コーチ招聘事業ではベラルーシコーチと韓国コーチに依頼し強化を図った。

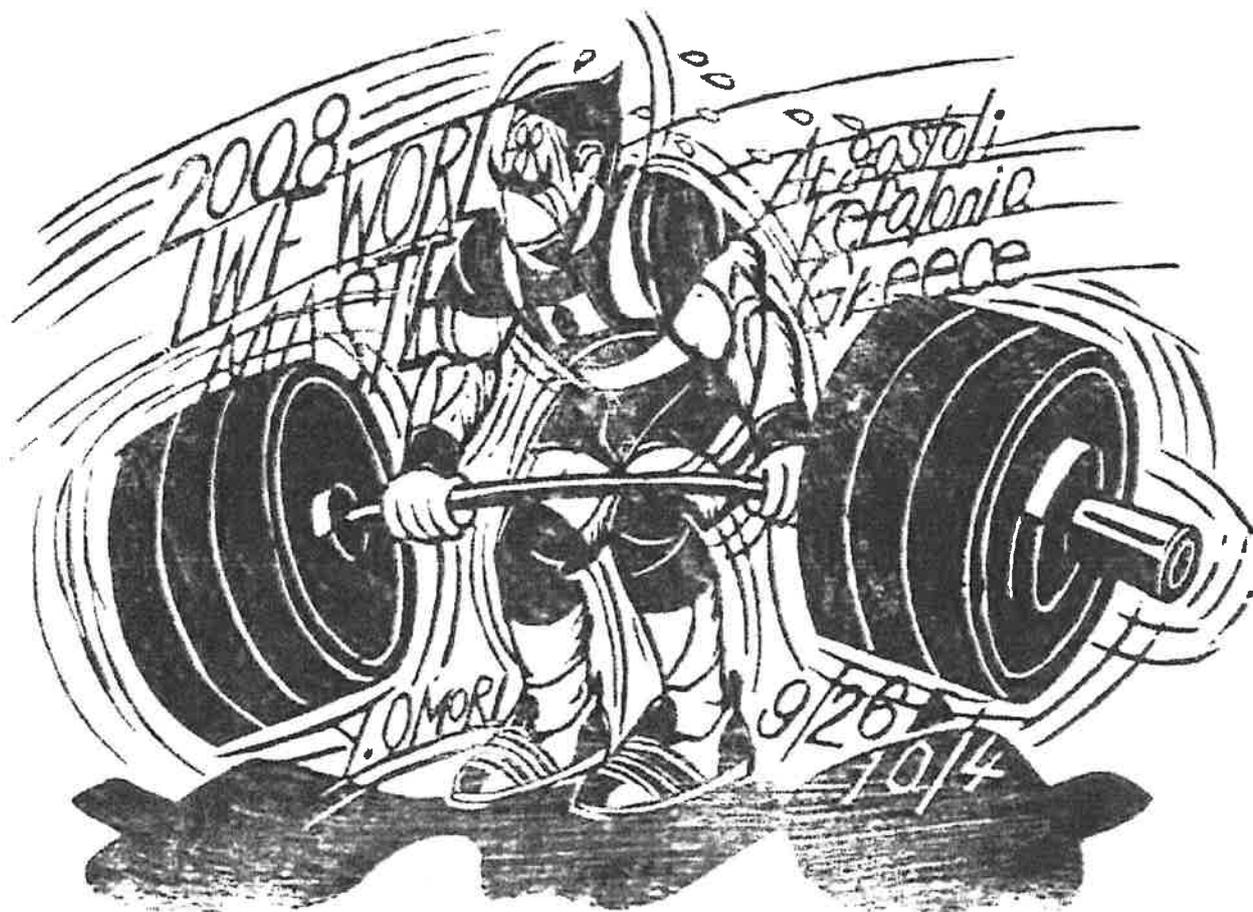
2016年東京オリンピック開催が実現すれば（10月2日IOC投票・決定）更に強化を進めなければならない。参加最大枠の男子6名・女子4名が開催国に与えられるため、出場人数は今よりは増える。現在のジュニア層には素晴らしい選手がいるので、その選手等が7年後には主役となっているであろう。そして、選手はオリンピックの檜舞台でメダル獲得を目指して欲しい。

最後に、日本のウエイトリフティング関係者の皆さん、今後も本協会にご支援・ご協力をお願いします。

IWF World Masters Championships

2008年世界マスターズ選手権大会

参加結果報告(概要)



(社)日本ウエイトリフティング協会・マスターズ委員会

**「2008年 第24回 IWF 世界マスターズ・ウエイトリフティング選手権大会
兼第15回世界マスターズ女子ウエイトリフティング選手権大会」**

(概 要)

○7年前の2001年、第17回世界マスターズ大会(女子は第8回)と全く同じ場所、ギリシャ国ケファロニア島での開催である。開催責任者も同じニコラウス・ガリアトサトスさん。この時は、日本国から男子20名の選手が参加し金2、銀5、銅3、合計10個のメダル獲得であった。長野の古賀弘さんがIWFマスターズの実績評価を受け、当時東京の鈴木幸宏さん(2000 殿堂入)につづいて殿堂入りされた年でもあった。

ギリシャは3年後の2004年に第28回アテネオリンピック開催が決まり欧州連合(EU)にも加入して経済も右肩上がりがか約束され、さあこれからというニコニコムードだった。その9月11日。世界を震撼させる大変なことが起きた。世界金融の中心で、その象徴でもあるニューヨークの「ワールドトレードセンターツインビル」高さ450メートル(110階)に、ハイジャックされた航空機が乗客を乗せたまま同ツインビルに一機づつが突っ込んだのだ。その日、ニューヨークは快晴の澄んだ青空、群を抜く2棟の超高層ビルに時間差で、上層部分に突っ込む大型旅客機。折りしもニューヨークの中心街で行われようとしていた大規模な消防訓練のTV中継が、このツインビルを背景に消防士がこれから始まる訓練の解説をしている最中に起きた。TVカメラはそのまま飛行機突入の瞬間を捉えた。まるでコンピュータグラフィクスを見ているのかと思うほど鮮明な映像が同時に世界に配信された。CGであってほしいと願った。が、しばらくしてこの高層ビルが縦に沈むように崩壊して行く映像に変わり、猛烈な砂埃の中を人々が必死に逃げ惑う姿が…。あーあ、これは現実なのだ。しかも何隊もの消防隊が救助のためにツインビルに入っていた直後の信じられない出来事にTVの前で体の震えが止まらなかった。

その後、ペンタゴンやホワイトハウスも狙われたという報道が。これが、あの「9.11」だ。ブッシュ大統領はただちに、これはテロではなく戦争だ。と、TVを通じて世界に声明を出した。米国はブッシュを中心に瞬時に一つにまとまった。が、一方で「世界マスターズ」は、9月23日からギリシャで競技が始まるから、もう10日後には日本を出発しなければならないというのに、世界中がテロの恐怖に固まった。

さあ、どうする。米国の航空機は全路線飛行を停止しているというニュース。世界に同時多発自爆テロの恐怖がつづく。第三次世界大戦が起きるぞという声も、そのために社員に出国を控えよという事業所も出て、当初日本国から28名でエントリーしたものの、実参加は20名という結果となった。

このとき思ったのは、「本当に、世界マスターズは実施されるのだろうか。」出発の期目を目前にして、早く確認して参加者に知らせなくてはならない。どうしたらいいのか。日本国でいくら思案していても仕方ないので、IWFマスターズのイマハラ議長に開催できるのかとEメールで問い合わせる。折り返し、イマハラ議長から「米国チームも今は飛行機が止まっているけれど何とかしてギリシャに行くから、日本チームも参加してほしい。」という返事が来た。Eメールの早さが、ありがたいと思った。当時、団長の武藤先生に急報する。武藤先生は「行きましょう。日本チームは参加しましょう。」と二つ返事。それでは、「日本チームは参加。ただし、職場で出国を見合すよう言われている場合は、不参加も尊重。」という連絡を参加者に行った。それから4~5日して航空全線回復。ぎりぎりのところで出発可能に。

2001年のあの時、ギリシャへの世界マスターズ出発直前の忘れ得ぬ出来事である。

そして現在、テロの危険は今もつづいている。それに加えて、地震や津波、台風などの巨大災害に見舞われる被害もつづくし、新型インフルエンザの対応がいよいよ具体的な実訓練の段階に入った。更に、最悪の事態といわれる米国発の世界同時金融危機が長期化で世界の経済が大変なことに…。これからも、世界マスターズに参加できるのだろうか。地球規模で何かがおかしくなっている。

もう趣味を楽しむなどということが後退してきて、健康で自立を楽しむ老余が遠慮し出す。何とも残念な傾向になりつつある現況。でも、われわれマスターズリフターは、リフティングを続けることが生きが

いだ。これが自立の保障でもあり、各国のリフター仲間と手を取り合って世界のリフターがまずは、仲良く楽しく健康でありたいと願う。「マスターズが元気に世界選手権に集う」ことで、「世界平和」へ向けて前進する。「マスターズリフター」にできる地道な実践である。

今回は、まずアテネまでは、それぞれの参加グループで選んだ航空機とそれによる路線でまちまちの時間に到着する。アテネからケファロニア島へは、国内便（オリンピック航空）に乗り換える。小型のプロペラ機で座席数も便数も極端に少なく、皆チケットの確保に難儀したはずだ。「現地集合、現地解散が原則」のマスターズだから仕方がないが、約50分、島々を囲む白い砂浜とエメラルドグリーンがコバルトブルーの海に変わるグラデーションを楽しんでいるうちに無事ケファロニア島の小さな空港に到着。タクシーでホテルまではすぐ。海岸べりの大きなソテツ並木が連なる道路際に並ぶ白い壁の「ホテルオルガ」が日本チーム宿舎だ。ホテルの道路側がカフェテラス、そしてソテツ並木の道路を挟んだ海側には外洋タイプのヨットが遊歩道のへりに連なって係留されている。粋なヨットのデッキには、折畳みソファーに向き合った褐色の肌の老夫婦（カップル）が体を横にしてまどろんでいる。少し時代が遡った様な妙に懐かしさを感じる町並み。タクシーからスーツケースを降ろす。先着組みの日本人選手がホテルから出てきて笑顔でお疲れさんとフロンとへ案内してくれる。目的地に到着できた安堵にほっとする一瞬である。

ホテルの道路側の食堂で朝食をという時間だったらしい。「まだ部屋の掃除ができていないからコーヒーでも飲んで待っていて」と、宿のおかみさん。遠来の客があるのが分っていないながら日常の流儀を変えないのがケファロニア流。ここで怒鳴ったりしては無粋というもの。それなら、と、到着組みも一緒に朝食をとる。「日本の人たちは、どうしてみんな礼儀たさいいの？」と云ってる。「そして、どうして、コーヒーにお砂糖とミルクを入れないの。だから、日本人は、みんな健康そうでスリムなの。」と、おかみさんが云ってる。と、澤さんの親友で応援に随行の陽気で美人のフランス人の大学教授フランスワーズ・シャンポーさん。スイス航空の乗務員に試合頑張っ！と、差し入れの日本の「おにぎり」をみんなにすすめる真野さんご夫妻。ここで、「日の丸の付いたナショナルチームのユニフォーム」で来た威力を披露する真野さん。桂川さんご夫妻、田島さん、米田さん、池田さん各ご夫妻に、池田さんの応援に来てくださった慶應大学の名誉教授福川先生ご夫妻、岩永さん、岡田さん、鈴木靖二さん、大塚さん、永穂さん、渡辺さん、竹下さん、元山さん、畑中さん、岩崎さん、日本チームのにぎやかな朝食会がつづく。

海岸べりのソテツ並木の浜街道を辿って行くとスポーツホールにつながる。道すがら、くだもの屋、蜂蜜屋、パン屋、などをひやかしては結構な道のりをスポーツホールに辿り着き競技会場、アップ場、検量室、売店等を確認する。アップ場から競技をするプラットに上がり、バーベルの前に立つ。広い観覧席の視線をどの位置にするかポイントを確認する。判定機とタイム表示の位置も確認。重量申告の場所も。7年前と同じ体育館だから気持ちは落ち着く。後は、体育館を出たところにある松林の中の芝生の広場に特設テントのレストランに行つて軽食をとる。さわやかな浜風が頬をなぞる。顔見知りの他国のリフターと挨拶を交わす。元気で会えたことを喜び合う。今年も世界選手権に来たんだと実感するのはこんな時だ。

今年、第29回北京オリンピックの年だった。筋書きのないドラマが沢山あったけれど何といつてもウエイトリフティング競技のスーパーヘビー級だった。そのときのEメールの記録が残っている。何故、ここで、というと実は、北京のスーパーヘビーで逆転優勝したのは、毎年世界マスターズに来て大活躍のオーストリア国はウィーンのフリッツ・シュタイナーさんの一人息子のマティアス・シュタイナーだからである。それは、マスターズリフティングの研究会（佐々木巖塾長）メンバーで福岡にいる楠元さんに宛てたメールから始まる。

----- Original Message -----

From: "大森 康正より" <omori_ys@ybb.ne.jp>

To: "楠元 泰弘" <pnkhs600@ybb.ne.jp>

Sent: Friday, August 22, 2008 10:33 AM

Subject: 祝 シュタイナーJr.

楠元さん

昨日、鈴木幸宏さんが、地デジで北京オリンピックのスーパーヘビー級を偶然見て興奮して電話をしてみました。105kg超級の「金メダル」は、大森さんから聞いていたシュタイナーの息子ではないかと。マティアス・シュタイナーだったか？と、ボクも興奮して聞き返した。そうだという。よかった。それは素晴らしいとボク。スナッチは203kg（3回目207kgは失敗）、ジャークは、258kgだったと鈴木さん。これはすごい！

少し前に、「ワールドリフティング誌」でヨーロッパ選手権に出場のマティアスが200kgのスナッチにトップ重量で成功したもののトータル1kg差で2位になったことが大きく報道されていて、マティアスのヨーロッパでの人気がスーパースターであることを確認できてうれしかった。あの泣き虫で、か細い甘えん坊のマティアスが145kgを超える体重になっていて、ドイツのナショナルチームに入り、ドイツ娘と結婚したと母であるミッシェルから写真をもらったのは3年前の世界マスターズだった。親父のシュタイナーは、ドイツのリフティングに関する科学的取り組みの環境が素晴らしいのでドイツに行かせた。と、自慢していた。が、母親のミッシェルは、その頃、マティアスは糖尿病にかかってしまったとボクの前で涙を流した。それから心配していたけれどオーストリア国ウィーン近郊のバーデンであった世界マスターズでは、ずっと前にキャノンのEOSキスをマティアスにプレゼントしたのを今も愛用していると、それを持って会場に会いに来てくれた。その時のマティアスの体重はそれほど大きいとは思わなかったのに、眩しいばかりのいい青年になっていて、聞くと控えめにスナッチは165kgをやっていると云った。それが、今回は、うれしくも驚きました。シュタイナーに早くおめでとうを云いたい。そして、幸宏さんに云ったのは、ごく普通の青年をわずかの間にスパーヘビーの世界の頂点に立たせたドイツリフティングの力である。そういえば、大部前にドイツのレイメン市であった世界マスターズ(1991年)で何でもない町のリフティング練習場で、こういう練習場があればいいのと思うことがそこに具現化されていたことの驚き。それは、自分の行ったバーの軌跡と両足の裏の重心点（当時は踵から爪先への移行がよしとされた）がスクリーンに映って1回づつ確認できるのだ。この時、佐々木巖さんも一緒だった。ドイツはこういう国だ。だからこそ、シュタイナーは、オーストリアから息子をドイツに託した。言語が同じで、もともと違和感はないということもあるのだろう。リフティング論が東京オリンピック以降すっかり聞かれずに何の論戦もできなくなった日本リフティングを立ち直さなければ日本にリフティングの将来はない。マスターズだけでも大いに論戦をし、哲学を進めねばならぬと思うのです。楠元さんの100歳になったリフターが加入できるという「100歳クラブ」に向けても。

このメール中に、マスターズチャンピオンのフリッツ・シュタイナーさんから万里の長城の絵葉書が手元に届きました。内容は、休日で北京に来ていること。文末に、明日、マティアスが出場します。お元気で！と。／ 大森康正

マティアスの「金メダル」受賞の喜びに酔いしれているときに北京のオリンピック会場から知念玲子さんから次の様な衝撃的なメールを頂戴しました。

Omori-san, I am Reiko Chinen. I am writing this mail from Beijing.

The competition of Super Heavy was fantastic and I am also very glad to see Steiner's winning, as I also know him very well since long time ago.

However, I need to tell you one very sad story about him, maybe nobody in Japan knows about it.

Unfortunately Matthias' wife, Susanne past away last July due to car accident. I heard it this January at the

In this Olympic Games, Matthias brought Susanne's picture on the podium of the victory ceremony. I could not stop crying during the ceremony. This story was reported in the newspaper with big photo of it. The newspaper said Matthias had turned this tragedy to the motivation of hard training.

I am on the way to Osaka. See you again in Japan.

Reiko Chinen

「祝 シュタイナーj r」のメールを見てくださった、知念令子さんから英文で返信を頂戴しました。それは、次の文書で始まっていました。Omori-san, I am Reiko Chinen. I am writing this mail from Beijing. ～ 何と、令子さんが北京オリンピックの会場地からリフティングの審判役員で参加されていて、スーパーヘビー級の余りにもドラマチックな競技の内容に観客が熱い感動に酔いしれたこと。マティアスの優勝が自己新から更に10kgアップのジャーク258kgを最後の1本で逆転優勝しトリを決めたこと。が、現場に立ち会ってとてもうれしかった。…と、読み進み、次の瞬間、予期せぬショックを受けました。

「しかしながら、私は、マティアスの妻スーザンについて悲しい出来事を大森さんに伝えなければなりません。スーザンは去年の7月に自動車事故で亡くなったのです。」 令子さんはこのことを北京オリンピックのリハーサル大会に来て知ったという。マティアスがドイツの娘さんと結婚したとマティアスの母、ミッシェラから聞いたのは2004年、フランス（エイシン）の世界マスターズのときだった。そうすると、楽しい新婚時代は、3年半ほどのことだったらしい。

このことは、ネットをご覧になった、澤さんからも教えていただいた。

オリンピックという大舞台で頂点に立ったマティアス。表彰式にマティアスは愛するスーザンの遺影を手にも表彰台の最も高いところに立って「金メダル」を胸に、会場の観客から拍手喝采を受けた。事情をご存知の令子さんは、この表彰式の間中、涙が止まらなかったという。

令子さんから送信いただいた北京オリンピックの「Fox Sports」誌には、マティアスが右手で「金メダル」左手に最愛の妻スーザンの写真を掲げて幼いころと同じ少しはにかんだ笑顔を見せるアップの写真とオリンピック史上に残るであろう超ドラマティックなスーパーヘビー級の記事が掲載されている。（偶然、地デジのTV放送を見ていた鈴木幸宏さんが、マティアスは、スナッチ203kgがベストで、この時点で第4位。ジャークは、1回目246kgを失敗。2回目に248kgに成功。これでトップに付けていたロシアの選手が、もうマティアスの追撃は無いと見て優勝したも同然の喜び様だった。ところがもう1試技を残していたマティアスが10kgアップの258kgを挙げるといふ、大逆転がこの数分後に起こったのだ。マティアスがトップに躍り上がった。会場中が万雷の拍手で歓声は鳴り止まず、プラットで何度も踊り飛び上がるマティアスに最初に親父のフリッツが舞台に飛び上がり息子と抱き合った。そして、チーム関係者と抱き合うマティアス。プラットの床に額を付けて感涙するマティアス。大変なドラマだったという。）

この、マティアスについての「Fox Sports」誌の写真と記事は、下記をクリックしてインターネットからご覧になれます。（下記アドレスは、知念令子さんから）

Here you can find the article about Matthias;

http://www.foxsports.com.au/beijing_olympics/story/0,27313,24218382-5016790,00.html

澤さんからのメール（澤さん(東京都)は、平成19年の香川県多度津の全日本マスターズが初舞台。そこで、いきなり優勝して世界マスターズの日本国代表に。）

大森様

シュタイナー氏の記事を読みました。

実に爽やかな笑顔のなんと素敵青年でしょう。

華々しい記事を追っていくと、なんと昨年7月にわずか25歳の奥様が交通事故で亡くなられたと・・
私などが、想像力の限りを尽くしても届かないような悲しみを乗り越えて
この偉業を成し遂げられたのですね。

おそらく、彼は私の息子と同年齢です。

お母様はどんなにお喜びでしょう。

思わず鼻の奥がツーンと成ってしまいます・・

こんなお話しを伺うと、益々「私なんかやっけていいのだろうか？」と
練習時間の足りなさを恥ずかしく感じてしまいます。

・・が四の五の言ってくよくよしてる余裕などありませんので

明日は千駄ヶ谷の合同練習に参加させていただきます。

岩崎さんも一緒に、その後の親睦会にも図々しく出席してきます。

いつも応援ありがとうございます。

ギリシャでお目にかかれるのを楽しみにしております。 / 澤

この後、知念令子さんから北京発のメールでマティアスの愛する妻スーザンの悲しみを乗り越えてスー
パーヘビー級で自己新を出し、優勝を成し遂げたことがロイター発表の「北京オリンピック 10大ニュー
ース」第6番目に入ったことをお知らせいただいた。

ギリシャに話を戻す。会場の確認も然ることながら、ここに来た一番の目的は会場事務所に確かにエン
トリーした者が会場地に来ました。という手続き、つまり本大会の参加選手の証明であるIDカード
をもらったりプログラムや試技表、ゼッケンや案内パンフ、記念品など一式を貰いに来たのだが、さっ
ぱり事務が進んでいないらしい。その内に、始まるだろうと競技会場のベンチに日本選手が集まって雑
談しているところにシュタイナー御夫妻が入ってきた。いきなり「マティアスのパパだー」とフリッツ
氏が云いながら笑顔でおどけて、奥さんのミシエラさんも笑顔。日本選手のみんがマティアスの金メ
ダルおめでとう！笑顔笑顔、握手握手！コングラチュレイションズ！を繰り返し、祝福した。フリッツ・
シュタイナーはもうご機嫌だった。なんと言っても世界のマティアスのパパである。「今回は、ほとんど
練習ができていないよオ。」と、いってはいたが世界マスターズのトップを張る強い人である。フリッツ
はマティアスのサインと漢字で「力男」の文字入りラベルのワインを岩永さんに真っ先にプレゼント。
マティアスの北京オリンピック優勝記念ボトルと説明した。重いのをよく持ってきてくれたと感謝であ
る。しかし、何故かこのワイン、お世辞にも旨いといえるワインではなかった。シュタイナーさんのウ
ィーン郊外のご自宅には地下に「ラ・カーブ」があって人が立って歩ける地下洞窟の岩肌の壁際両側に
ワインボトルが横にしてぎっしり積まれていてその中の自慢のワインを抜いて飲ませてもらった。口
中でワインを左右に動かして味わった。文句なしに旨かった。このときはウォルターレーゲル氏と鈴木
幸宏さんも一緒だった。シュタイナーさんご家族のことはマスターズ仲間として本当に誇りに思う。

待てども参加手続きができそうになく、海岸道路を歩いて帰る減量組とタクシー組みに分かれてホテル
に引き上げた。いよいよ明日から、女性と高齢のスーパーマスターズから競技が始まる。

1 開催期日	2008年9月26日(金)～10月4日(土)
2 場 所	ギリシャ国アルゴストリー・ケファロニア・スポーツホール
3 参加選手	女性の部は、17カ国68名、男性の部は、35カ国443名、合計511名が競技。
○日本国からは、女性2名、男性33名の参加で金6、銀9、銅3、合計18個。団体選手権第5位入賞。	

○女性選手の年代層では、50才代の20名（昨年13名）が最も多く、次いで、40才代の18名（昨年16名）、30才代が10名（昨年4名）、60才代は8名（昨年4名）、70才代は0名（昨年2）で、56名が出場した。

○そして、特筆すべきは、W45で、全体重級を制し、岩永小百合選手（山梨県）が日本国女性初の「世界ベストリフター」にランキング入りを果たした。しかも、岩永さんは、全年齢カテゴリーで女性の部のトップスリーの位置に付けた。「世界の女性ベストリフター」が、ついに日本国から誕生したことに拍手です。

W35/+75 エバ・ディマス選手（エルサルバドル共和国・35才・BW86.710）は、S96-J117-T213でMP234.6301を出し本大会での女性選手の最高のマスターズポイントを出し、「グランマスター」の称号を授与された。第2位は、W40/75 kg級ラウラ・デニス選手（トリニダード・トバゴ共和国・43才・BW73.47）S81-J95-T176でMP224.0087。第3位は、W45/58 kg級岩永小百合選手（日本国・45才・BW55.37）S57-J70-T127でMP195.6542。第4位は、W50/53 kg級マルガ・ジョーゲンセン選手（デンマーク国・53才・BW52.02）S45-J61-T106でMP185.7137。第5位は、W55/58 kg級マルゴット・シュキエス選手（ドイツ国・56才・BW57.08）S40-J54-T94でMP163.9625。第6位は、W60/+75 kg級マリー・マクレガー選手（米国・60才・BW85.38）S43-J63-T106でMP165.0204。第7位は、W65/+75 kg級マリリン・ムンガー選手（米国・67才・BW83.60）S34-J47-T81でMP144.4963。以上が女性のベストリフターランキング。

○男性選手では、今回も、90才代の出場はなかったが、80才代が5名（昨年7名）、70才代は54名（昨年53名）と昨年比の1名増、60才代についても94名（昨年86名）と昨年比の8名増加、50才代は83（昨年88名）名が競技をした。特に、今年最年長だった、M80/69 kg級のサイトル・カレル（チェコ国・84才・BW67.03）が昨年樹立のS50-J60-T110、MP473.286の最高ポイントからは少し下回ったもののS47-J54-T101を挙げてMP451.5731を出し、世界のトップリフター第2位をキープした。入れ替わってグランマスターの称号が授与されたのは、M70/85 kg級エミリー・シェブリエ（カナダ国・72才・BW82.03）がS80-J103-T183、MP453.8785を樹立して第1位の最高ポイント。因みに第3位は、M75/77 kg級マーセル・ペロン（カナダ国・75才・BW76.17）がS68-J90-T158、MP426.0036。第4位は、M60/105 kg級ローレンス・マッコネル（国・63才・BW98.29）がS105-J135-T240、MP422.5649。第5位は、M65/85 kg級ビクター・ラック（ドイツ国・68才・BW83.34）がS86-J110-T196、MP418.4825。第6位は、M35/+105 kg級ウラジミール・スシヤック（ロシア国・36才・BW133.61）がS162-J201-T363、MP402.2941。

この年齢で、この記録、このマスターズポイント、この元気に感服である。これがいかにすごい数字かは添付の「2008世界マスターズ大会スーパーマスターズ一覧表」をご覧ください。

ところで、日本国の期待の400ポイントオーバーを誇る世界のベストリフター桂川孝三選手は、どうであったかという、今年から70才、M70/69 kg級・BW68.35で、S70-J88-T158、MP411.2015。という輝かしい記録で優勝金メダルである。「今回は、ベストリフターには、入らなかったけれどバンケットで表彰してくれたよ。」と、桂川さん。立派な「たて」を授与されました。「ベストリフターは、バンケットで3位まで表彰してくれたんだあ」（桂川さん談）さすが世界のKaturagawaさんだ。拍手です。上の数字を見ていただいてもお気づきのとおり第6位のマスターズポイントをはるかに上回っている桂川さんのポイント。なぜなの、というのは、各年代カテゴリーごとにベストマスターズが決定されるのでM70つまり70才～74才の年齢クラスの全体重階級の選手の中で、桂川選手のM70には、上記のとおりエミリー・シェブリエ（カナダ国・72才）がMP453.8785を出したので、残念メンバーに上がってこなかった。ということである。しかし、「400ポイントクラブ」入閣は超エリートマスターズに違いはない。日本国は勿論、世界のトップマスターズである桂川さんに今後の期待をしたいし、日本のマスターズが元気を出して続いてほしい。

4 日本国選手の参加結果

○9月27日(土) 澤 晴美選手(東京都) 出場。W50は 選手12名 14:30 検量 16:30 競技開始。

一気に世界のステージに駆け上がってきた初出場の澤さん。このスピーディなデビューには、澤さんのリフティングにかける情熱がすごい。実業家のもう一つの顔が「女性マスターズリフター」である。

W50/58 kg級澤晴美選手(東京都・50才) 楽しみな初出場の出発直前に右膝を捻るアクシデント。出発の10日余り前のことである。鍼治療がよくなりMRIを撮って膝間接の骨挫傷が判明した。エントリーの申告実績から検討して、澤さんの「銀メダル」獲得が濃厚と判断されていたから、さあ、大変なことになった。「膝に負担がかかる運動は一切禁止なので練習は全く出来ません。」と、ドクターストップを告げる澤さん。日本を発つ前の仕上げ練習をする時間がない。20日には出発してパリに入り、親友の埼玉国立大学教授フランソワーズシャンポーさんと合流。澤さんに、シャンポーさんが随行してケファロニアにという手順。

澤さんは、S3本ビューティフルに決めて、30をベスト。Jに進む。1回目40をサイドから見ている限り確実に取ったと喜んだのに判定は失敗。会場がどよめく。何故という疑問。わずかに腕が曲がっていたのか。大丈夫。気持ちを切り替えて。重量は軽いから自信を持って！セコンド陣が気合を入れて2回目同記録で澤さんをステージに送り出す。澤さんが笑顔で短い階段を軽い足取りで上がる。スポットライトを浴びて拍手を受けるプラットの中央、バーベルの前にヨシ！と声を出して進む、澤さんは笑顔だ。美しいスタート姿勢を取る澤さん。一瞬にして会場が静かになる。セコンド陣の息が止まる。その瞬間にスタートを切る。クリーンを高い位置で取る。胸を張り直す。ジャーク。決まった。2-1の失敗。以外だ。何故。厳しい判定だ。気持ちを切り替えよう。まだ1本ある。これを失敗すればメダルの夢は消える。が、澤さん本人は落ち込んだ様子はない。笑顔を絶やさない。すごい人だ。会場中の観客が拍手を合わせ打ちで澤さんを激励する。こんなことはめったにない。澤さん！重量は軽いし、方向もいいから鋭く差し上げて見よう！気持ちだけだから自信を持って！さあ、やろう！ファイナルコール。セコンド陣の方が胸ドキドキ。大きな声で気合を送る。澤さんは、笑みを浮かべながらのスタート姿勢。会場の拍手がびたりと止まる。まずクリーンから。そしてセコンド陣の息が止まる。ジャーク！決まった！判定成功。やった！もう会場中が万雷の拍手拍手！よかった。笑顔いっぱい観客に手をあげステージ袖に戻ってくる澤さん。セコンド陣営が皆で拍手、笑顔で澤さんを迎える。初出場の初メダルおめでとう！ここで澤さんの祝福に駆けつけたシャンポーさんが「銅メダルおめでとう！」と、澤さんに笑顔で声をかける。「ええ！シャンポーさん！銀メダル、銀メダルですよ澤さんは！」「だって、(ギリシャ人の)皆が云ってるよ。澤さんは銅メダルだって。」と、シャンポーさん。「ええー」、セコンドのみんなが騒然となった。進行役員手持ちの一覧表を見せてもらって確認する。いつもは、このクラスに入ってこない英国のベテラン、カロライン・チャールズが体重53.30でちゃんとエントリーしている。「これはないよー」。でも、IWFルールで最終エントリーのテクニカルミーティングに変更が許されているから、昨日に申告したのだ。シャンポーさんに云われるまで誰も気づかなかった。銀とばかり思っていたのに銅メダル。でも、初出場の初メダルに変わりはない。よかった。地獄から天国だったし、世界選手権のメダリストだもの、こんなうれしいことはない。優勝は、少しお話をするだけでパーソナリティーのすばらしさが伝わってくるオーストラリア国ダーウィン在住のコーラル・アン・クィネルさん(在住地WL協会会長)、S50-J58-T108 MP173.8568)。澤さんが、今後ともよろしくとコーラルさんに堅い握手。よかった。

○9月28日(日) 岩永小百合選手(山梨県) 出場。W45 選手11名 8:00 検量 10:00 競技開始
2004年に、日本国から女性選手として初参加し、ウィーン、エドモントンと2年連覇で「金メダル」に輝いたW45/58 kg級岩永小百合選手(山梨県・45才)が、3年ぶりに女王の座に復帰、おめでとう。3つ目の金メダルを獲得です。それにしても8月下旬頃まで練習すれども不調だった岩永さんに突然、転機が

おとづれる。スタートのちょっとした方向性と 2nd 爆発の間の取り方だったらしい。8月下旬のこのときを境に全くスピードが違ってきた。当然、重量が軽くなったし、パーが通るコースが体軸からぶれなくなった。「これは、やれる。という手ごたえを感じました。」と、出発直前の岩永さん。その思いは的中した。

S を 52、55、57 と目を見張るスピードと安定感で突き進み、J は、63、67、70 と 6 本パーフェクトで T127 を出し、MP195.6542 と「200 ポイントクラブ」入り、日本女性初入閣を目指す 200 ポイントがもう手の届く位置に来た。気合の入った鋭い試技に会場から大きな拍手が響き、観客の絶賛評価が瞬時に示される。この観客との一体感、この反応が世界選手権に来ると選手を奮い立たせる。自信に満ちた岩永さんが、ひと際大きく美しく、文句なしの優勝「金メダル」だった。岩永さんは、再び世界の女王の座にカムバックおめでとう！岩永さんの表彰式直後に、岩永さんに白い綺麗な歯の笑顔で駆け寄って、小さなデジカメを握り一緒に記念写真を撮ってほしいと申し出たのは、W35/+75 で、驚異の S96-J117-T213 を出し「グランマスター」の称号を許された、あのエルサルバドルのエバ・ディマス選手だった。

○9月27日(土) 中島 豊選手(大分県・77才) 出場。M75 選手 19名 12:00 検量 14:00 競技開始

日本選手でトップを切ったのは、競技初日のこの日、団長の中島先生が 62 kg 級で出場。トップ争いは何故かロシア国のズボと決まっている。そして、中島先生に何とかして勝とうとすがりつくのだが必ず蹴落とされるのはズボで、ズボを見ていると、かつてロシアでチャンピオンを張っていた世界のズボという痕跡が大きな肩幅と凜とした口髭に残っていて、いつも背筋を正している。が、もうずっとズボの笑顔を見たことがない。中島先生がどうしても寄せ付けられないのが原因だと思う。加齢の厳しさは、その年齢にならないと理解できない。つまり、マスターズフティングの強化は、若い頃の練習を全く許さない。中島先生は、毎年、世界マスターズに照準を合わせて、ごく軽い重量から練習を積み上げる独特の方式で強化への階段をゆっくり登る。そこには体の微細な筋繊維に呼び掛けて目覚めさせて行くというユニークな術があるらしい。

今回は、めずらしく最初からズボが強気で中島先生に張り合ってきた。もう、そうしないと勝てる道がないということらしい。S は、中島先生の 42 スタートに対し、ズボは 43 を成功させた。因みに体重は、中島先生が 60.40 で、ズボが 61.30 と 0.90 中島先生が軽い。S の 2 回目、中島先生が 46 を成功。ズボも 46 に合わせる。が、失敗。同記録を 3 回目、これも引けていなかった。失敗。それを見て、3 回目中島先生は、48 を成功。ズボと 5 kg 差で J に進む。J は、中島先生が先に、53 を成功。これを見てズボは、何故か 58 を成功させるのだが、これは体重が重いのはズボだから 59 をやらないといけなかったのに、意味のない 58 を申告。一方、中島先生はマイペースで 2 回目 57 を成功。この瞬間にズボは 63 を成功させないと勝てないことになった。しかし、申告どおり 58 に挑戦して成功。この時点で 2 位を確実にする作戦にひとまず切り替え、残す 2 回の試技で逆転を狙う作戦。中島先生は J のファイナルを 60 としてトータル 108 でゲームを終了。パーフェクト。2 回の試技を残すズボは、当然 66 に増量しトータルで中島先生に 1 kg 増の逆転を狙う。しかし、ズボの体は、ズボが望む重量のクリーンを受け付けなかった。こうして、いつものドラマが幕を閉じた。77 才同年齢のトップ争いは、ズボの銀 (S43-J58-T101 MP330.3732)、中島先生の「金メダル」(S48-J60-T108 MP357.1921) という決着。おめでとうございます。

○9月27日(土) 米田久男選手(滋賀県・72才)、古賀 弘選手(長野県・70才)、桂川孝三選手(千葉県・70才) の 3 名が出場する M70。 選手は、14 名。16:30 検量 18:30 競技開始、初日の最終競技。

M70/62 kg 級の米田選手 S で 49 の 2 本目までは銀メダル争いの好位置。3 本目 51 が決まっていればという状況で逆にドイツのホルストに 51 を決められて 2 kg 差で銅メダルキープ。第 4 位に米田さんと 2 kg 差の 46 でドイツ国のゲオルグがびたりと米田さんに付いた。トップはイスラエル国テディ・カプランが 60 をベストとした展開で上位が J になだれ込んだ。J は、第 2 位キープのホルストが 46 を 1 回目成功。米田さんが 48 を 1 回目失敗、2 回目に決める。この瞬間、米田さんは第 2 位に。ところが、ホルストが思いもし

ない60を2回目に成功させ順位は再び逆転の第2位(S51-J60-T111 MP322.6083)。更に、ゲオルグが1回目に61を決めて米田さんと同重量で並んだために体重の0.74軽いゲオルグが第3位(S46-J61-T107 MP329.5005)に上がってきた。こうして第3位と同記録で第4位入賞の米田選手(S49-J58-T107 MP317.3051)。優勝はカプラン(S60-J80-T140 MP422.0411)73才にして「400ポイントクラブ入閣」は、さぞうれいことだったと思う。カプランは、1987年、第3回の世界マスターズ・プエルトリコの大会に初めて戦乱のイスラエルからやって来た。めちゃくちゃなリフティングを平気でするおじさんという印象だったから彼の努力はすごいし、もう一つ鮮明な記憶があるのは、会議に出たときに、このカプランが右手を上げて「アイアムクエスチョン」と、いって何やら質問をした。英語圏の人たちにも何を云っているのか理解できなかった。が、数回のやり取りのうちに、それが理解できてカプランが納得した。この出来事があった以後、妙に自信がついた。あの位の心臓があつていいんだ。喧嘩をしている訳じゃなし、カプランみたいに平気で英語らしいことを云えば何度も理解できるまで話しかければいいんだ。と思った。それに、今回のカプランのリフティングは、今の先端技術をちゃんと身につけていて素晴らしいリフティングだった。73才カプランの金メダルに拍手である。

○M65/69 kg級は昨年までは古賀さん桂川さんに今野澄男(北海道)さん、真野さんが揃う世界で最強の壁。この伝統が世界の強豪たちに敬遠される。日本人の強さに他国の選手がメダルを取れないと恐れられているクラスである。今回、桂川さん、古賀さんの2名が70才になってM70に上がっても同じだ。ブルガリア国のクロウムを寄せ付けなかった。日本選手のワンツーフニッシュおめでとうございます。M70/69 kg級桂川孝三選手(BW68.35 S63-68-70 J80-88-キ T158 MP411.2015)で「金メダル」、このS70-J88-T158は、「日本マスターズ新記録」。同、古賀 弘選手(BW67.65 S58-61-63 J76-76-78 T139 MP377.2392)で「銀メダル」、銅メダルは、ブルガリア国のクローム・ベルチェフ(S53-J75-T128 MP361.2801)。

○9月28日(日) 最初に岩永さん出場のW45の競技があつて、M70、選手17名。10:00検量12:00競技開始。柴坂、前川、高橋各選手の出場。

M70/77 kg級は、トップ争いが熾烈。Sのスタート重量はベラルーシ国のエドワード・ジハルカ(74才)が60、高橋積雄選手(群馬県・70才)と前川正喜選手(北海道・71才)が55、オーストリア国のピーター・グスタビック(71才)が52、デンマーク国エルリン・ハンセン(70才)とベネズエラ国のラファエル・アレナス(73才)が50、次に柴坂總七選手(東京都・74才)が42で続き、ドミニカ国ホセ・ポスティゴ(71才)が40で柴坂選手の下に付けた。競技が進行する。Sの結果は、高橋選手が63でトップに上がる。高橋さんはバーを丹田ポイントにしっかり引き付けてゆっくりしたあおりで重量をスーと浮かせて、高く引き上げて入る高橋さん独特のフォーム。それが実に「スローリフティング」で無理がない。見ていて、よくあのスピードで取れるなあとサプライズ。「高橋さん、もっとスローリフティングにして世界一流の芸にしてください。」といったら、高橋さんが笑っておられたけれど観客が高橋さんのオリジナルを興味深く見ているのは確かだし、重量が世界のトップレベルだからすごい。続いて、63の同記録で2番手に付けたのがエドワード。3番手が58で前川さん。4番手57のピーター。5番手55のエルリン。6番手50のラファエル。7番手に46で柴坂さん。8番手40でホセ。と、上位が並んでJに移行する。

Jでトップは、3本成功で78を決めた前川さんが取った。2番手は、同記録でエドワード。3番手は、75高橋さん、4番手、同75のピーター。5番手、同75のエルリン。6番手、同75のラファエル。と、3名が同記録。7番手、58の柴坂さん。8番手55のホセ。

高橋さんは、Jの3本目78が決まっていれば、優勝の金、失敗なら銀という勝負だった。が、勝利の女神様は微笑んでくれなかった。高橋積雄選手(BW69.66 S55-60-63 J65-75-78 T138 MP354.7187)で「銀メダル」、前川正喜選手(BW70.29 S55-58-×61 J73-76-78 T136 MP359.9639)で「銅メダル」、柴坂惣七選手(BW71.37 S42-46-×50 J50-55-58 T104 MP287.7297)で「第7位」入賞。因みに、金メダルは、ベラルーシ国のエド

ワード・ジハルカ (74 才) (BW70.42 S60-×63-63 J75-78-×80 T141 MP393.4243) だった。第2日目の日本選手の出場はこの3名で終了した。

○9月29日(月) この日から、プログラムは、M65 (65~69 才のグループ) に進む。そして、1日当たり日本選手最多の11名が出場。まず、M65/56-62 kg級 (選手14名) の永穂、元山、岩崎、池田の4選手が午前10時競技スタート。結果は、M65/56 kg級永穂康弘選手 (兵庫県・67才 BW55.00 S42-47-50 J63-66-×69 T116 MP315.3674) が「銀メダル」、金メダルに2kg差だった。M65/62 kg級元山寛男選手 (東京都・67才 BW61.62 S57-×60-60 J×77-×77-77 T137 MP340.9048) が「銀メダル」、M65/62 kg級池田 功選手 (埼玉県・66才 BW61.21 S56-58-×60 J×71-71-73 T131 MP318.4409) が「銅メダル」、M65/62 kg級岩崎修平選手 (東京都・67才 BW61.90 S43-48-50 J63-68-×70 T118 MP292.6486) が「第8位」入賞。

続いて、M65/69-77 kg級 (選手13名) の真野、鈴木 (靖)、竹下の3選手が正午競技スタート。結果は、M65/69 kg級鈴木靖二選手 (東京都・65才 BW67.72 S60-66-68 J82-×87-×95 T150 MP332.4393) が「金メダル」、M65/69 kg級真野 正選手 (広島県・67才 BW68.82 S×70-70-×72 J80-×83-×83 T150 MP345.5995) が同記録の「銀メダル」。日本選手同士のワンツーフイニッシュおめでとうございます。

M65/77 kg級竹下彰彦選手 (兵庫県・65才 BW72.59 S65-68-×70 J75-78-81 T149 MP315.8167) が「銀メダル」。

M65/94 kg級大森康正選手 (京都府・68才 BW89.24 S60-×65-×65 J75-80-×82 T140 MP289.0587) が「第6位」入賞。

この日の最終競技、プログラムは、M60 (60~64 才のグループ) に進む。M60/56-62-69 kg級 (選手18名) 午後6時競技スタートに鈴木 (幸)、田島、今野の3選手が出場。結果は、M60/56 kg級鈴木幸宏選手 (静岡県・61才 BW54.91 S60-×65-×65 J70-×75-×75 T130 MP316.2289) が「銀メダル」、しかし、トータルであと1kgプラスで金メダルに手が届いた「金メダルコレクター」の鈴木さん。

M60/69 kg級田島俊信選手 (大阪府・61才 BW68.17 S63-×67-67 J×80-80-×85 T147 MP304.5317) が「第4位」入賞。M60/69 kg級今野金哉選手 (福島県・60才 BW68.49 S65-70-×73 J75-×80-×80 T145 MP294.1956) が「第5位」入賞。

○9月30日(火) M60/77-85 kg級 (選手17名) の渡辺 (建)、岡田の2選手が午前10時競技スタート。結果は、M60/77 kg級岡田 隆選手 (山梨県・60才 BW75.25 S72-77-80 J90-95-98 T178 MP340.5186) が「金メダル」、M60/77 kg級渡辺建治選手 (大分県・62才 BW74.60 S×75-75-×80 J85-×90-× T160 MP318.2664) が「第4位」入賞。

続いて、M60/94-105-+105 kg級 (選手15名) に多小田選手 (初出場) が正午競技スタート。結果は、M60/94 kg級多小田一紀選手 (東京都・63才 BW90.48 S60-64-×66 J85-90-×93 T154 MP280.8466) が「第7位」入賞。

プログラムは、M55 (55~59 才のグループ) に進む。M55/56-62-69 kg級 (選手14名) 午後2時競技スタートに佐古、畑中の2選手が出場。結果は、M55/62 kg級佐古 浩選手 (宮城県・57才 BW60.89 S70-75-×78 J90-95-×100 T170 MP351.7981) が「銀メダル」、M55/69 kg級畑中正博選手 (徳島県・56才 BW68.03 S65-×70-70 J85-×90-×90 T155 MP289.7238) が「第5位」入賞。

続いて、M55/77-85 kg級 (選手15名) に佐藤、大沢選手の2選手が午後4時競技スタート。結果は、M55/77 kg級佐藤吉太郎選手 (宮城県・56才 BW75.92 S×75-75-×80 J85-88-×90 T163 MP284.5084) が「第6位」入賞。M55/85 kg級大沢春彦選手 (青森県・55才 BW77.62 S80-85-90 J×100-×100-100 T190 MP319.3903) がJのファイナルを決めて見事に「第4位」入賞。

○10月1日(水) プログラムは、M50 (50~54 才のグループ) に進む。M50/56-62-69 kg級 (選手13名) の最初の競技、午前10時競技スタートに大塚選手が出場。M50/62 kg級大塚 真選手 (東京都・51才 BW61.41

S72-77-79 J90-×96-×100 T169 MP307.7953)が「銀メダル」。

○10月2日(木) この日、第二競技からプログラムは、M45(45～49才のグループ)に進む。M55/56-62-69-77 kg級(選手21名)正午競技スタートに辻選手(初出場)が出場。結果は、M45/77 kg級辻清雅選手(京都府・45才 BW72.91 S80-×85-86 J100-×105-105 T191 MP294.9114)が「第5位」入賞。

続いて、M45/85-94 kg級(選手18名)に渡辺(光)選手が午後2時30分競技スタート。結果は、M45/85 kg級渡辺光弘選手(北海道・46才 BW81.40 S85-88-91 J100-105-109 T200 MP292.8269)が「第8位」入賞。

プログラムは、M40(40～44才のグループ)に進む。M40/56-62-69 kg級(選手12名)午後7時競技スタートに森下選手(初出場)が出場。結果は、M45/62 kg級森下良平選手(大阪府・40才 BW60.46 S85-95-100 J105-115-120 T220 MP366.9269)が初出場で「金メダル」。第2位のトレイドウエル(英国)にトータルで52 kgの差をつけた圧倒的な優勝だった。更に、森下選手のS100-T220は、「日本マスターズ新記録」の樹立ともなった。おめでとう。

○10月3日(金) この日、日本選手4名が出場して日本チームの全参加選手が競技終了となる。

M40/94 kg級(選手11名)午後12時15分競技スタートに浅井選手(初出場)が出場。結果は、M40/94 kg級浅井幸洋選手(東京都・41才 BW92.46 S×110-110-×115 J100-×-×T210 MP274.6460)が「第5位」入賞。続いて、M40/105+105 kg級(選手20名)に水谷、清野の2選手が午後2時競技スタート。結果は、M40/105 kg級水谷一人選手(三重県・42才 BW94.83 S90-×100-100 J×120-120-140 T240 MP313.4630)が「第8位」入賞。M40/105 kg級清野裕司選手(福島県・44才 BW104.50 S110-115-×100 J100-120-×135 T235 MP302.0583)が「第10位」。

プログラムは、M35(35～39才のグループ)に進む。M35/85 kg級(選手10名)午後6時30分競技スタートに幾島選手が出場。結果は、M35/85 kg級幾島稔選手(大阪府・39才 BW84.83 S×103-103-×105 J115-×122-122 T225 MP300.5608)が初出場で「第4位」入賞。

日本チームの参加全競技が無事に終了した。明日は午前中に全競技が終了し、午後7時からバンケット。

○10月4日(土) バンケット。

400ポイントクラブ、200ポイントクラブのメンバーであるベストマスターズ対象のウエルカムパーティーの後ここで、ベストマスターズにトロフィーが贈られ祝福を受ける。岩永小百合さん、桂川孝三さんがトロフィーを受賞されました。その後、恒例の大宴会が始まり、マスターズのお別れパーティーとなる。

5 国別の団体選手権に、日本国は「第5位入賞」を果たしました。(昨年は第3位。)

(1) 男性チームの部

- ① ドイツ国 212点(昨年、ロシア国 221点。)
- ② ウクライナ国 210点(昨年、イラン国 221点。)
- ③ 英国 194点(昨年、日本国 212点。)
- ④ イラン国 193点(昨年、フランス国 185点。)
- ⑤ 日本国 192点(昨年、ハンガリー国 175点。)
- ⑥ ロシア国 186点(昨年、ベラルーシ国 169点。)
- ⑦ フランス国 128点(昨年、ドイツ国 162点。)(参考 2007年ウクライナ国 156点⑧)

(2) 女性チームの部

- ① 米国 165点(昨年、米国 190点。)
- ② オーストラリア国 131点(昨年、ドイツ国 131点。)
- ③ ドイツ国 112点
- ④ ロシア国 53点



⇒ 日本国「第5位入賞」で受賞しました「タテ」です。

皆さんご苦労さんでした!

(クリアー樹脂にプリント仕上げ。縦200×横200×厚30ミリ)

6 個人別選手権（日本国メダル獲得数）はメダル合計18個。昨年と同数。ただし、金は2個増。

金……6（昨年 4）	銀……9（昨年 11）	銅……3（昨年 3）	合計 18（昨年 18）
------------	-------------	------------	--------------

クラス/級	選手名（年令）	所属	BW	S	J	T	MP
-------	---------	----	----	---	---	---	----

<女性の部>

○金メダル……1

W45/58 kg	岩永小百合 45	山梨県	55.37	57	70	127	195.6542
-----------	----------	-----	-------	----	----	-----	----------

○銅メダル……1

W50/58 kg	澤 晴美 50	東京都	54.91	30	40	70	112.8925
-----------	---------	-----	-------	----	----	----	----------

<男性の部>

○金メダル……5

M75/62 kg	中島 豊 77	大分県	60.40	48	60	108	357.1921
M70/69 kg	桂川 孝三 70	東京都	68.35	70	88	158	411.2015
M65/69 kg	鈴木 靖二 65	東京都	67.72	68	82	150	332.4393
M60/77 kg	岡田 隆 60	山梨県	75.25	80	98	178	340.5186
M40/62 kg	森下 良平 40	大阪府	60.46	100	120	220	366.9269

○銀メダル……9

M70/69 kg	古賀 弘 70	長野県	67.65	63	76	139	377.2392
M70/77 kg	高橋 積雄 70	群馬県	69.66	63	75	138	354.7187
M65/56 kg	永穂 康弘 67	兵庫県	55.00	50	66	116	315.3674
M65/62 kg	元山 甯男 67	東京都	61.62	60	77	137	340.9048
M65/69 kg	真野 正 67	広島県	68.82	70	80	150	345.5995
M65/77 kg	竹下 彰彦 65	兵庫県	72.59	68	81	149	315.8167
M60/56 kg	鈴木 幸宏 61	静岡県	54.91	60	70	130	316.2289
M65/69 kg	佐古 浩 57	宮城県	60.89	75	95	170	351.7981
M50/62 kg	大塚 真 51	東京都	61.41	79	90	169	307.7953

○銅メダル……2

M70/77 kg	前川 正喜 71	北海道	70.29	58	78	136	359.9639
M65/62 kg	池田 功 66	埼玉県	61.21	58	73	131	318.4409

○第4位入賞

M70/62 kg	米田 久男 72	滋賀県	61.80	49	58	107	317.3051
M60/69 kg	田島 俊信 61	大阪府	68.17	67	80	147	304.5317
M60/77 kg	渡辺 建治 62	大分県	74.60	75	85	160	318.2664
M55/85 kg	大沢 春彦 55	青森県	77.62	90	100	190	319.3903
M35/85 kg	幾島 稔 39	大阪府	84.83	103	122	225	300.5608

○第5位入賞

M60/69 kg	今野 金哉 60	宮城県	68.49	70	75	145	294.1956
M55/69 kg	畑中 正博 56	徳島県	68.03	70	85	155	289.7238
M45/77 kg	辻 清雅 45	京都府	72.91	86	105	191	294.9114

M40/94 kg	浅井 幸洋 41	東京都	92.46	110	100	210	274.6460
-----------	----------	-----	-------	-----	-----	-----	----------

○第6位入賞

M65/94 kg	大森 康正 68	京都府	89.24	60	80	140	289.0587
M55/77 kg	佐藤 吉太郎 56	宮城県	75.92	75	88	163	284.5084

○第7位入賞

M70/77 kg	柴坂 總七 74	東京都	71.37	46	58	104	287.7297
M60/94 kg	多小田一紀 63	東京都	90.43	64	90	154	280.8466

○第8位

M65/62 kg	岩崎 修平 67	東京都	61.90	50	68	118	292.6486
M45/85 kg	渡辺 光弘 46	北海道	81.40	91	109	200	292.8269
M40/105 kg	水谷 一人 42	三重県	94.83	100	140	240	313.4630

○第10位

M40/105 kg	清野 裕二 44	宮城県	104.50	103	122	225	300.5608
------------	----------	-----	--------	-----	-----	-----	----------

以上、35名全員が協力し合って、次回につなぐ好成績を収めることができました。

7 審判の状況について

判定については、女性の部をはじめ最初から非常に厳しい判定であった。特に腕の曲がりについては、厳しく、瞬間的な屈伸についても許されなかった。(何が、ダメだったのか正直とまどいの場面も何度かあった。その度に会場もどよめいた。ジュリー団による再判定の指示はなかった。

8 「ドーピング検査」も通常よりも、更に厳しく実施されている様子が伺えた。

9 今後の「IWF世界マスターズ大会」(決定分)について

(1) 2009年は、オーストラリア国シドニー市。(第7回マスターズゲームスとして実施)

○ウエイトリフティング競技の大会期日は、10月10日(土)～10月17日(土)
(Sydney, Australia)

(2) 2010年は、ポーランド国シカノ市。 9月25日(土)～10月2日(土)
(Ciechanow, Poland.)

(3) 2011年は、カナダ国モントリオール市。
(Montreal, Canada) 8月26日(金)～9月3日(土)

○9月8日(土)には、全員無事帰国しました。

御支援、ありがとうございました。

(以上・文責 大森)

「ギリシャのナショナルコーチに学ぶリフティングの技術」

～君のリフティングは、オールドテクニクだ！～

帰国後、今大会中にアテネのWL練習場でギリシャのナショナルコーチにリフティングを教えてもらったということを知り、もしかしたら先端技術の指導マニュアルを開けるかも知れないと、胸をワクワク、すぐに電話を入れた。行ったのは、岩崎修平さん、池田 功さん、鈴木幸宏さんの3人だ。そして、それは的中した。日本国の国技とまで云われ世界に無敵を誇った「重量挙げ」、それも東京オリンピックの前後がピーク。その後は、世界の動向として薬物による強化がエスカレート、どんどん記録が塗り替えられる時代に入り、次にアスリートの体を守る観点からも当然に薬物が禁止され、厳しい制裁が加えられる時代に。体重クラスの変更を加えて健在化を図り現在に至るのだが、ここで、問題は、薬物を使ったにしろ人の体で巨大重量を引き上げ、差上げたという事実の積み上げを挑み続けた国々と、薬物は使わない健全なアスリートでいい子になっただけで終わった日本とヨーロッパ諸国の薬物全盛時代その後の歴然とした差が出て来た。つまり、今まで考えつかなかった新しい技術が導き出され、それがすでにヨーロッパ諸国を中心に（ロシア経由で韓国にも）マニュアル化しているのに、日本だけが理解できずに重要視して来なかった経過が、韓国を始めアジアの諸国においても、もうずっと以前にリフティング指導における常識という現状が今日のリフティングの圧倒的な記録の差となって現れている。

今、巨大重量を具現化できる技術は、同時に安全化、効率化を現時点で最も図ることのできる方法と考えていい。したがって、それは、マスターズにもいい技術のはずだ。体験された三氏に了解をいただき取り交わしたメール（含む関連メール）をそのまま以下に掲載します。何故？あの頃熱中したマスターズ世代なら誰もが持っている疑問の答えにもなるのではと、楠元泰弘さんの熱い後押しを頂いて特集しました。

かつて、「1992年前後に韓国からコーチや選手を招いたり遠征した大学、高校や地域が、この種の技術に取り組んだのですが、ごく一部の関心に留まって全国区にはならなかったんですよ。それは、床を踏み込む時間が長く、かかとが床から離れるのが遅いように感じた印象がとっても強烈でしたね。」（1988年ソウル五輪から韓国WL技術に注目の楠元さん談）

○かかとからつま先に送って背伸びをする「引き」は、もう切り替えないといけない。今、「かかと」重心で、「かかと」でそのまま踏み切り、つま先もかかとも水平のまま重量と一緒に宙空に浮く。この感覚です。以下の三氏のメールからギリシャのコーチが何を伝えようとしているのか、それを読み取ってください。このことで、実践され感じられましたことマスターズ事務担当の大森宛にメールくださいれば幸いです。これは、ほんの基本であってマスターズで取り組んで、再び日本発のリフティング論に発展させようではありませんか。加齢により、年々体が動かなくなって来るマスターズにこそ必要なことと考えて、更なるすごい技術を導き出そうではありませんか。何をどれだけやるかという練習計画のことでなくて、最も基本的な重量を、どのような考えで、体をどのように使って引き、差し上げるのか、効率的体の運用です。はじめに、どのような哲学で、と考えれば面白いと思うのです。

そして、それから導き出した「技術」による具現化です。マスターズだからできる世界にアンテナをしっかりと張って、面白い取り組みにして行こうではありませんか。インターネットを活用して。

○大森あてメールアドレス omori_ys@ybb.ne.jp

（omoriの次は、「アンダーバー」です。キーボードの右側にあるShiftキーを押しながら「すぐ左隣の「ろ」のキーを押してください。「アンダーバー」が表示できます。）

○世界マスターズから帰国後、澤さんに返信したメール

澤さん

早速のメールありがとうございます。

澤さんの世界デビューの素晴らしいスタートに感動です。皆が澤さんを応援していますから。

世界選手権の様な大きなステージでは、必ず特別なことが自分にできる不思議な力が出ます。今後も、そう思って望んでください。

そのとおり、澤さんの膝の痛みは飛んで行くし、素晴らしいフォームのリフティングをされました。それも終始楽しそうに、あの地獄から天国へのセコンド陣の息も止まる緊張の中で……。次の一瞬。見事成功。会場中のあの拍手。会場の誰もが澤さんのファイナルトライの成功を願ったあのステージ。よかったですね。メダルを決めた興奮のあのドラマ。ギリシャのあの場にいた誰もが生涯忘れることのない記憶に残る素敵な映像を演出、プレゼントされたことに改めまして拍手です。

強運の澤さんが、ますます、ご自分の強運を更に強力にされたことになります。

池田さん、岩崎さん、鈴木幸宏さんの3人が帰路アテネでウエイトリフティングの練習場に岩手のこともあって練習をするために尋ねてアテネの専門コーチに日本人（特に岩崎さん）のそれはオールドテクニクと云われ、丁寧に教えてもらった。残念なことに時間がなかった。明日も練習に来るように云われた。無料で練習させてくれて親切なコーチングも...この懐の深さにすごいと思いましたし、どう教え方をしたのか興味があって、今、岩崎さんにまとめてもらって大会の結果報告に載せたいと考えています。

狙いは、常々云っていますリフティングの世界の今のトップ技術でありますバーを引いて入るときの足の裏全体の「水平離陸」です。それを池田さんたちがギリシャのリフティング練習場で実際に見て来ています。そして、澤さんがギリシャでそれをやっておられたとしきりに感心していました。パチャンと両足裏が床に着く強い音がするのができている証拠です。

では、間もなく、岩手の全日本マスターズの花舞台で...。 /マスターズ 大森康正

○岩崎さんから「アテネの練習場の件」で、頂いたメール

大森様

今回は、われわれ3人（池田選手、鈴木（幸）、岩崎）は10月3日（大会最終日）にアテネのKYPS ELIにある[PANELINOS CLUB]を訪ねました。

目的はギリシャの選手たちの練習方法とトレーニング場の器具及び設備状況を見てついでに練習をすることです。

練習場を紹介してくれた人は、今回の開催国ギリシャの総責任者のガリアトサトスさんでした。

前回のハンガリーでの最終日のバンケットで、大森さんが委員長のミスターイマハラさんとギリシャの責任者のガリアトサトスさんを我々日本のテーブルに案内して回ってこられ、記念撮影を致しましたので私は覚えていました。これがご縁で、アテネのWL練習場をご紹介いただきました。

1. 器具及び設備

上坂の盤は数枚ありましたが、半分以上は分からないメーカーのものでした。

シャフトもあまり良くなく分からないメーカーのものでした。

練習リンクは7面あっていずれもフラットでした。あとはスクワットをする為の簡単な台が3~4セットと簡単な縦横高さが30~40cmぐらいのパイプ製の補助台が2~3セットぐらいがあり、マシン類はゼロでした。非常に素朴な練習場という感じがしました。

2. 練習方法

4~5人が練習をしていましたが、コーチの代表者は気持ちよく我々を迎えてくれてジョルジュ・

パラシケフォクロイさんという方で85キロ級ぐらいの体格の人でした。

ほかに2名（内一人はオリンピックに2度出ているという人と、もう一人はMr.三宅、Mr.大内は元気にしているか？と話しかけてきた）でした。

ひとりのコーチがマンツーマンでコーチングをしているように見受けられました。

ひとりの細い・若い選手は140キロぐらいをプッシュジャークで練習をしていました。

（すごくバネを感じました。）

3. 我々の練習

時間の関係上、私はジャークとデッドリフトとスクワットをしました

①ジャークについて

お前のジャークはオールドテクニックだ。つま先ではね上げようとしている。

今はつま先はほんの2cmぐらいで良い、あとは両足全体で水平離陸をすると良いとのことでした。

②デッドリフトについて

やはりつま先でそるのようにヘソまで持ってきていたら、それは違うと.....

つま先は無視して両手はブラリ、両足の屈伸であとは肩をすぼめるところまで持ってくればよいとのことであった。

③スクワット

これは特に言うことはない。

池田さんと鈴木（幸）さんはどのように感じたかわかりませんが、私はオールドテクニックともいわれたし、何か（自分が）「浦島太郎」のような感じがしました。

途中子供達数人が窓からこちらを覗き、柔道、空手、手コンドーと言ってコミュニケーションを図ってくれました。

帰る時に、重量挙げのポスターとクラブのパンフレットをいただきましたが、何か希望の灯が見えたように思いました。

有難う。 ジョルジュさんと2人のコーチさん。 / 岩崎修平

追伸：練習場で記念撮影もしていますので、後で、写真お送りさせていただきます。

（注）ジョルジュさんと2人のコーチは、ギリシャ国のWL選任のナショナルコーチ。

○岩崎修平さんへの返信メール

岩崎さん

お忙しいところをごめん。岩崎さんのメールに楠元さんが大変な反応です。岩崎さんがお気づきのことは、今の日本のマスターズに大きな一石を投じたことになる。それで是非、お教えくださいませんか。

大変貴重な体験をされましたご報告をありがとうございます。

岩崎さんのおっしゃるとおり、今、日本だけがリフティングテクニックにおきまして正に「浦島太郎」状態であることを正しく認識することから再出発する以外に、世界のトップレベルに仲間入りするチャンスは、もうありません。

それも、早くしないと、やっと追いついた頃に世界のトップレベルは、次の世界に突入しているはずだ。

そこで、体験記録の中で、一つ教えてください。②デッドリフトについて、肩をすぼめるところまでというのは、シュラッグに入ったファイナル姿勢のところまで、ということでしょうか。お教えください。

よろしく願いいたします。 / マスターズ事務担当 大森康正

○岩崎修平さんからの返信メール

大森康正様

メールありがとうございました。

今回は思わぬ技術を教えていただいた良い経験になりました。

肩をすぼめるというのは、今迄の私がやっていたことはデッドリフトの時にファイナル姿勢としてつま先で蹴って身体を後ろにそらせて腕でバーベルをお腹のベルトまで載せるということでした。

教えられたことは、つま先で蹴るのでなく、両足全体で垂直離陸し（せいぜいつま先は2cmぐらい）両肩をすぼめるところまでで身体を後ろにはそらせないで良いということでした。

腕はブル下げているだけという指導でした。

つまりデッドリフトのファイナル姿勢はツクシンボーが天に向かってまっすぐ垂直に伸びている状態に似ていて人間が両肩をすぼめて垂直に飛んでいる感じでした。

（私はビックリで汗ビッショリでした。） / 岩崎修平

○鈴木幸宏さんに頂いたメール

大森康正様

アテネで体験したウエイトリフティング場について

「設備に関すること」

その重量挙げ練習場には、日本国内のウエイトトレーニング場やアスレチック場でよく見かけるウエイトトレーニング用のマシン類はありませでした。そこには、バーベル・シャフト(有名なメーカー製ではなさそう)・プレート(かなり使い込んだもの)・スクワットラック(地味なもの)・デッドリフトやハングクリーンの時使用するためのパイプ製の粗末な台、程度しか見当たりませんでした。

「ギリシア選手たちとそのナショナルコーチの指導風景」

当日、偶然その場でトレーニングしていた青年のフォームは、クリーンする時、足の裏が床を離れる瞬間を注目して見ていると、踵とつま先が同時に床から離れて行くように見えました。この青年はジャークする時(肩からシャフトを挙上する時)も、足の裏は踵とつま先が全く同時に床から離れて行くように見受けられました。

この時、足は前後開脚ではなくて「左右開脚」でした。

因みにこの青年の体形は細身で日本人にはめったに見ることが出来ないような手足が長かったのです。

使用していた重量は、この青年の外見からの体形からは、全く想像できないような高重量を軽々と挙上しているのには驚きました。この青年のフォームは日本国内の重量挙げ練習場では見ることの出来ないものだと思いました。 / 鈴木幸宏

○池田 功さんから頂いたメール

大森康正様

私の受けた印象も鈴木さんのものと同じです。

岩崎さんの云われている「つくしんぼ」はセカンドプルで肩をすぼめ（両肩を垂直に引き上げて僧帽筋を使う）て垂直飛行に入って行く時の姿勢です。私も当日、直接指導を受け、肩の引き上げを強調されました。

帰り際に撮った写真を添付致します。 / 池田 功

以上です。岩崎修平さん、池田 功さん、鈴木幸宏さんに感謝です。そして、ギリシャ国の WL

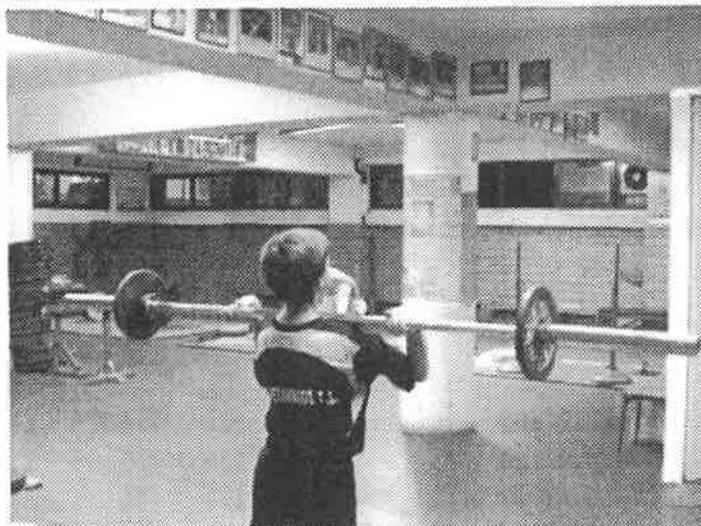
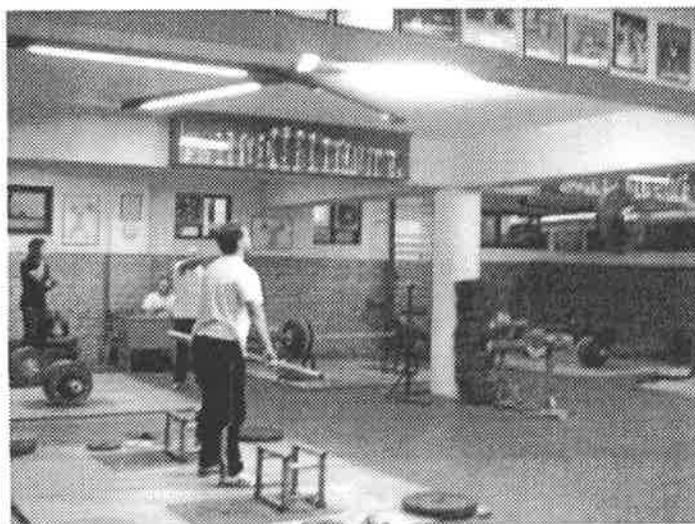
ナショナルコーチの懐の深さに感謝です。うれしく思いました。

加齢は、マスターズの練習を年々厳しいものにして行きますが、練習への取り組みは止めてはいけません。自分の体のためにも続ける以外にありません。同時にそれは、自分の体を使って研究を続けることであって、自分の考えたバーベルを使う最高の表現をステージで披露することでもあります。

楽しんで、考え、考え、自分のペースで続けて行こうではありませんか。

(文責 大森康正)

(アテネのWL練習場風景。右から鈴木さん、池田さん、ギリシャ代表で五輪二度出場者、その左が技術を教わったジョルジュさん、岩崎さん、左端が三宅、大内さんは元気になっているかと聞いた人 2008.10.4)



第1回世界大学ウエイトリフティング選手権大会

開催場所　ギリシャ共和国　コモティニ市　トラキア・デモクラティック大学体育館
 開催期日　平成20年11月25日～11月28日
 参加国　男子34カ国　135名　　女子24ヶ国　63名
 参加者　男子監督　小宮山哲雄（吉田高校教諭）
 コーチ　大川　克弘（大阪府警）
 選手56kg級　大濱　健一（沖縄県　名桜大学）
 " 69kg級　武市　樹（大阪府　関西大学）

女子監督　長谷場久美（JOC専任コーチ）
 選手+75kg級　城内　史子（石川県　金沢学院東高校職員）
 " +75kg級　嶋本　麻美（石川県　金沢学院大学）



大会会場での選手団

第1回を迎える今大会は、昨年まで10回を数えた世界大学選手権大会が3年後のユニバシアード大会参加を見込み、IWFからFISU主催に代わり盛大に行われた。

代表選手団は、出発までナショナルトレーニングセンターで事前合宿及び調整練習を実施した。国内での合宿を終え、11月21日に日本を出発した選手団は、途中ウィーンでの1泊を含めた2日間に渡る飛行機の長旅で疲労の蓄積が懸念されたが、無事大会開催地ギリシャ共和国コモティニ市に着いた。

【 試合内容 】

	S1	S2	S3	J1	J2	J3	トータル	順位
男子 56kg級 大濱 健一	102	105	107	120	125	128	235	3位
男子 69kg級 武市 樹	120	×125	125	145	150	×155	275	9位
女子 +75kg級 城内 史子	95	99	×102	130	×134	134	233	2位
女子 +75kg級 嶋本 麻美	100	104	107	×135	×135	×136	-	

【 56kg 級 大濱健一 】

男子56kg級Aグループに出場した大濱選手も海外の試合は初の経験ながら、調整段階から続いている安定感とスピード、そして集中力を途切らせることなく力強い試技で6回すべてを成功させ第3位の表彰台に立った。

【 選手より 】

今回、初めての国際大会出場で、日本代表に選出されたことはとても嬉しく思っています。一方、代表選手として相応しい試合が出来るか不安でしたが、小宮山監督、大川コーチそして、武市君とのコミュニケーションが非常に良く、6本成功、大会での自己新記録という結果を残せました。改めて、周りの支えられていると言うことを実感しつつ、今後も世界で活躍できる選手になりたいと思いました。ありがとうございました。



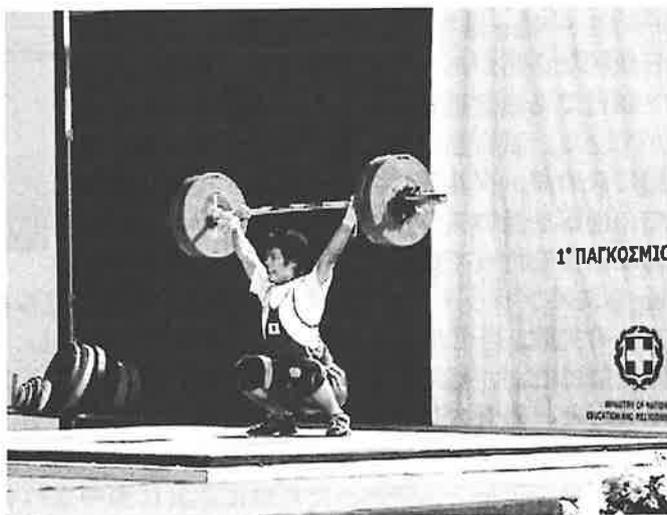
C&J 回目 128kg を挙げる大濱選手

【 69kg 級 武市 樹 】

大会初日、最初に実施された男子69kg級Bグループに出場した。試技の進め方は成功率を重視して1kgでも良い記録を残し、Aグループの結果次第で上位に食い込む作戦だったが、初めての国際大会で緊張気味の同選手は予想以上に動きが堅く各種目3回中2回の試技しか成功出来ず、第9位に甘んじた。

【 選手より 】

今回、初めての世界大会に日本代表として参加し、直接世界の強い選手を見ることが出来た良い勉強になりました。事前合宿では自分のベストに近い重量を挙げられ、現地ギリシャの練習も良い感じで終わることが出来ました。しかし、試合では世界の舞台と言うことで緊張が多く自分を発揮することが出来ませんでした。監督、コーチの方から今後どのように練習試合に取り組むかを教えていただき世界でも活躍できるよう努力します。



S125kg を成功する武市選手

【 +75kg 級 城内史子 】

女子最終となる+75kg級は8名の戦いとなり、メダル狙いの試合となった。スナッチでは第3試技で自己新記録となる102kgに挑戦したが惜しくも失敗。C&Jは第2試技134kgに設定。本来ならスタートとなる重量であるが、肘の返しが遅れクリーン失敗。第3試技で難なく成功。トータル第2位、銀メダルを獲得した。



国内での調整段階では、苦手意識の強いスナッチや一定重量を越えたクリーンなど引き終わる場面が目立ち心配されたが、現地入りしてからは徐々に修正され、確実にスタートを決めメダルへと繋げた。今後は、脚力の強さ(BSQ 208kg・FSQ 185kg)を競技2種目に生かせるよう、体幹及び引きの強化を図ってほしい。

【 選手より 】

初めてのヨーロッパ遠征だった。長時間の移動・時差での身体への影響について身をもって体験することができた。食事もなかなか合わず、体重管理についても勉強になった。試合においては、最近の試合に対する取り組みでの課題が克服できずいたため、結果的に記録面において悔しいものとなった。今年の試合はこれで終わりなので、今年度の取り組みについて見直し、冬場のトレーニングで課題の克服に努めたい。特に、DLに重点を置き、春に結果を出せるような取り組みをしていこうと思う。

【 +75kg級 嶋本 麻美 】

4月のアジア選手権大会でトータル250kgを叩き出したが、久々の大会となり試合に対するモチベーションを徐々に高めて行った。

城内とは逆に国内調整は順調で、再度250kgを設定し準備を進めていた。ところが、ウィーンからの移動中、発熱・下痢を訴え、体重も一時3～4kg落ちてしまった。幸い、試合まで日数的な余裕があったため回復し、最終スタート練習でも設定重量をしっかりと押さえることができた。試合当日も、まずスナッチ3本を完璧に決め銀メダル獲得。続くC&Jでトータルでの逆転を狙いスタッフはもちろん本人も絶対的な自信を持って臨んだ。最終アップの130



kgも決めプラットに立ったが、引き出しが前にとられ、キャッチと同時に前に落としてしまうというまさかの失敗。自信があっただけにこの失敗に動揺し、第3試技も連続を避けるために136kgに増量し間を設けたが、結局失格してしまった。回復したと思われた体調不良のダメージが想像以上に大きかったことと、得意のスナッチに不安をもって臨んだが、意に反してそれが見事3本成功。絶対的な自信があったクリーンで思いもよらぬ形で失敗。それらに対する精神的な動揺が原因かと思われる。表彰台の頂点に立つチャンスがあっただけに非常に悔やまれる失格であった。

【 選手より 】

今回の反省すべき点は、出発当日に風邪を引いてしまったことです。何度も海外遠征をさせていただいて来たにもかかわらず、自己管理がしっかりできていなかったり、下痢で体重が減ってしまい、練習にも支障がでてしまいました。試合はこのような結果で終わってしまいましたが、多くのことを学ぶことができ、次に繋げるための課題を得ることもできました。それらを生かし更に上を目指していきたいです。

【大会を振り返って】

今回の遠征を通じて感じた事は、大会を開催したコモティニ市の競技役員やボランティアの人々が友好的で歓迎ムードに溢れ、大会運営もスムーズで気持ちよく試合に臨むことが出来た事である。また、選手については、素直な性格と研究熱心な姿勢を持ち、練習にも貪欲であると共に指導者の助言にも積極的に耳を傾ける等、向上心が伺える将来有望な選手達と感じた。また、この遠征経験をもとに更なる飛躍を願いたい。

最後に、異国の地で難解な交通手段を円滑に引率し、現地でも国内のように何不自由なく生活をサポートし、選手達が平常通り試合に挑める環境を作って頂いた小宮山・長谷場両氏に心から感謝すると共に、今後は私の地元大阪からも世界に羽ばたく選手を輩出し、強化の一助を担いたいと考える。

(文責 大川克弘)



3位に入賞し喜ぶ大濱選手

表彰を受ける+75kg級選手
(2位 城内選手 右 嶋本選手)



未来のオリンピック選手、ジュニアエリート・ユース強化合宿

期 間 平成20年12月20日から23日まで

< totoスポーツ振興くじの助成を得て全国各地で開始 >



東北・北海道地区



関東地区



近畿地区



中国・四国地区



全国ジュニアエリート



ジュニアエリート栄養研修

韓国交流合宿を終えて

富山県ウエイトリフティング協会
理事長 田中幸治

今回、日韓高校交流合宿に参加させていただき、本当にありがとうございました。私自身も大変良い勉強をさせていただきました。韓国の選手たちの練習に取り組む姿勢が大変印象的でした。サムイル女子高校の選手たちは、特別待遇されているようで、授業に出ないで練習をすることが認められていた。そのために選手たちの練習に取り組む姿勢が真剣そのものだった様に思う。また、中学生も練習に参加しており、その選手たちの記録にビックリしました。練習については韓国の練習メニューで実施しましたが、選手たちの戸惑いはなかったように思います。

選手たちは練習時、言葉が通じないところも多くありましたが、通訳を通してあるいは片言やジェスチャーで練習方法を確認しながら取り組んでおり、フォームのチェックを行っていた。また、生活面においては食事を一緒にする機会も多々あり、少しずつ言葉を理解し、大変和んだ雰囲気で合宿ができたと思う。選手たち一人一人韓国の選手たちと比較しながら自分の課題を見つけられたと思います。参加者全員3月の高校選抜に向けて更なる努力をしてくれるものと願っております。

練習面と生活面で特に感じたことを述べさせていただきます。

【練習面において】

日本では取り入れられていないワンハンドスナッチの種目とベンチプレスとを階級に関係なく週に2回程度取り入れており、韓国の選手は全員マスターしていた。中でも、中学2年生の48キロ級の選手がワンハンドスナッチの種目をシャフトで10回3セット普通にこなしていたことに驚いた。この種目の目的は、全身の力を使ってバーを挙げることで、そして身体に近いところを引くことで、キャッチのバランスを身につけることが目的と話していた。

この2種目については日本の選手たちは初めての経験で戸惑っていたが、韓国の選手たちからポイントを聞きながら取り組んでいた。

その他の種目についてはほとんど経験している種目ではあったが、ポイントの確認をしながら選手同士ジェスチャーを含めながら取り組んでいた。

② 選手たちが練習時いつもコスチュームを着用してトレーニングに取り組んでいた。

【生活面において】

① 練習時間だけでなく、食事の時も何度か一緒に食べる場があり、選手同士積極的に交流を深めることができと思います。また、サムイル女子高校の校長先生の配慮もあり、日本語の授業に選手たちが一般の生徒たちの中に入り、韓国語を教えてもらい最後に一人一人自己紹介を行い大変盛り上がりがあった。選手たちにとって貴重な経験になったと思います。

最後に、サムイル女子高校の校長先生はじめ学校関係者、ウルサンウエイトリフティング協会の方々に大変お世話になりありがとうございました。心より感謝申し上げます。

また、このような機会を与えていただきました、日本ウエイトリフティング協会関係者の方々に心より感謝申し上げます。

今後とも、ご指導のほど宜しくお願いします。

交流強化合宿練習内容

- ・期 間:平成20年12月22日～30日
- ・練習場所:「サムイル女子高等学校」
- ・住 所:大韓民国 蔚山広域市南区岩城洞650-6

	午前(10:00～12:00)	午後(15:00～18:00)
12月23日 (火)		7:00 ウルサン到着
12月24日 (水)	10:00～12:00 S+Sqt Jump 3+3×7 Hi Snatch 3×4 D・L(ミドル) 4×7	15:00～18:00 P・P 3×5 Sqt 6×3、5×2、4×2 Cl+Sq Jump 3+3×7 Hi Cl 4×5、3×4 D・L Cl100% 3×5、105% 3×4 Snatch 10×7
12月25日 (木)	10:00～12:00 Box Hi Snatch 5×10 Box Hi Cl 5×10 Bend Over Row 10×6 Bench Press 10×7	フリー
12月26日 (金)	10:00～12:00 Cl+Sq Jump 3+3×7 Hi Cl 4×5、3×4 Box D・L 4×5	15:00～18:00 P・P 3×7 S+Sqt Jump 3+3×7 Snatch Pul 4×3、3×3 Box ショルダーシュラッグ 3×3、2×3 Sqt 4×3、3×2、2×3 片手 Snatch 5+5+7
12月27日 (土)	9:00出発 慶州 南山 登山 火蒸風呂 体験	
12月28日 (日)	サーキットトレーニング	16:00～17:30 Snatch 40分 C&J 40分
12月29日 (月)	10:00～12:00 S+Sqt Jump 3+3×7 Snatch 3×5	15:00～18:00 P・P 3×7 Cl+Sq Jump 3+3×7 Box Hi Cl 4×3、3×2 Box Pull 3×5 Box シュラッグ 4×5 Sqt 4×3、3×2、2×3 片手 Snatch 5+5+7
12月30日 (火)	8:30出発 サムイル女子高校挨拶	12:40 釜山出発

ベラルーシコーチ来日

(海外優秀コーチ設置事業)

期 日	平成 21 年 1 月 7 日 (水) ～ 1 月 14 日 (水)
場 所	ナショナルトレーニングセンター
コーチ	アレクサンダー・ゴンチャレフ (49) (ベラルーシナショナルヘッドコーチ) アレクサンダー・クルロヴィッチ (47) (1988 年ソウル、1992 年バルセロナオリンピック+110kg 級 金メダル獲得)
対象選手	2009 世界ジュニア選手権大会候補選手 (男子)



ゴンチャレフ (右) クルロヴィッチ (左) 両コーチ

コーチ紹介

アレクサンダー・ゴンチャレフ

ベラルーシナショナルチーム、リバコフ(2004 アテネ、2008 北京オリンピック 85kg 級銀メダル獲得)やアリャマノフ(北京オリンピック 105kg 級金メダル獲得)等の選手育成をしているベラルーシ代表監督。

アレクサンダー・クルロヴィッチ

10 歳から兄の影響で競技を始め、1988 年ソウル、1992 年バルセロナオリンピック+110kg 級で金メダルを獲得、12 回の世界記録を更新、トータル 472.5kg は現在でも最重量である。

現在 IWF のテクニカル委員を務め、母国ベラルーシでは 14 歳から 18 歳の選手を集めたグロドノ市スポーツハイスクールの統括をしている。また、昨年 11 月にスポーツ選手としては初めて国会議員に当選した。



J の差し上げアドバイスをするコーチ陣

BOX（台上）を使ったトレーニングを
入念に説明



現在本協会が行っている“ナショナルトレーニングシステム”のトレーニング種目は本来、旧ソ連のトレーニング種目を韓国コーチが考慮した物であり、ベラルーシも 1991 年にソ連崩壊後も同じシステムを継続し、挙上原理・理論は同じである。また、種目の説明でも熱心に選手にアドバイスをしてくれた。

ベラルーシ共和国のナショナルトレーニングセンターは首都ミンスク市にあり、既に 30 年以上経っているようで古い施設であるようだ。ナショナルトレーニングセンターに来て、施設は大変素晴らしいと感心していた。コーチ曰く“この施設は世界でもトップクラス”と言う。



指導者のミーティングでも細かく説明

ゴンチャレフ・クルロヴィッチ両コーチより一言

最初に、NTC とすばらしい練習場に私たちはびっくりしています。これらの施設を大変気に入りました。ウエイトリフティングの練習場に関して言えば、世界の最高水準を有する施設の一つであるといえるでしょう。宿泊施設も含め、これらはいい結果を残すために十分な施設であるといえます。

選手に関して言えば、多くの素質のある選手を見ることができました。彼らはまだ若いので、将来十分にいい結果を残す可能性のある選手と言えるでしょう。

またここで出会えたコーチの方々は、本当によくウエイトリフティングのことを理解しており、しかもウエイトリフティングを愛している方々ということが分かりました。これは私たち二人の意見ですが、もし選手そしてコーチ達が、もっと長期間の合宿を行うことができ、プロフェッショナルとして活動でき、もっとウエイトリフティングに専念できる環境におかれたならば、日本のウエイトリフティングは大変良い結果を期待できるはずです。日本はかつての三宅義信選手（1964 東京、1968 メキシコ金メダリスト）に見られたように「歴史」があります。その素晴らしい歴史は繰り返していかなければなりません。

選手やコーチに対しては「夢を持ってほしい」ということを言いたいです。チャンピオンになりたいという夢、チャンピオンを作るという夢・・・夢は活動を後押ししてくれます。彼らはメダルを獲ることのできる環境にあるわけです。ですから、それは何かによって後押しされなければなりません。その後押しをしてくれるもの、その一つが「夢をもつ」ということです。

一方、後押しするもの、それは他にもあるわけで、選手の周りにいる大人達はそれを選手のためにもっともっと用意してあげなければなりません。365 日の合宿ができなければそれができるように、そのための資金が足りないなら資金を増やすように、日本のような事情を考えたならば、たとえばスポンサーを集めるような努力をもっともっと周りの人達は行うべきでしょう。

私達は 2016 年の東京オリンピックで予定されているウエイトリフティングの会場(東京国際フォーラム)を見ることができました。その施設は大変素晴らしいもので、とても気に入りました。7 年後に東京でオリンピックが開催されることをお祈りいたします。そして、日本協会の篠宮稔専務理事を始め、各コーチの方々の手厚い歓迎に感謝申し上げます。

Alexander Kurlovich Aliaksandr Hancharou

ベラルーシ共和国 クルロヴィッチ・リバコフ・アラムナウ選手年次記録

		Age	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	
1	アレクサンダー・クルロヴィッチ +110kg級 '88ソウル 金メダル '92バルセロナ 金メダル	S		40.0	45.0	57.5	75.0	105.0	115.0	122.0	130.0	150.0	160.0	170.0	205.0	210.0	185.0	210.0	
		C&J		50.0	57.0	75.0	105.0	135.0	155.0	165.0	175.0	200.0	200.0	205.0	220.0	260.0	255.0	230.0	250.0
		T(competition)																	
		Body weight		40	44	48	68	80	85	90	97	105	105	110	115	124	125	118	130
		Age	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	アトランタ						
		S	212.5	212.5	215.0	210.0	207.5	205.0	180.0	205.0	195.0	202.5	202.5	245.0	250.0				
		C&J	260.0	250.0	252.5	257.5	252.5	250.0	230.0	252.5	245.0	250.0							
		T(competition)	472.5	460				460						450					
		Body weight	131	131.6	133	132	132	131.6	120	134	133	134							
		Bsq・・・340kg*2回																	

		Age	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
2	リバコフ・アンドレイ RYBAKOU Andrei 85kg級 '04 アテネ 銀メダル '08 北京 銀メダル	S	40.0	60.0	70.0	115.0	140.0	152.5	160.0	170.0	182.5	185.0	187.5	187.5	187.5	190.0	195.0	195.0
		C&J	55.0	75.0	87.5	135.0	157.5	170.0	185.0	197.5	197.5	200.0	200.0	205.0	210.0	215.0	220.0	220.0
		T(competition)	92.5	130.0	150.0	237.5	280.0	310.0	330.0	370.0	370.0	375.0	375.0	380.0	380.0	383.0	393.0	394.0
		Body weight	36	40	52	62	69	77	85	85	87	87	87	87	87	87	90	90
		Bsq・・・300kg																

		Age	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
3	アラムナウ・アンドレイ ARAMNAU Andrei '08 北京 金メダル	S								170	185	200	205	
		C&J								205	220	235	240	
		T(competition)									368	393	423	436
		Body weight									93	96	100	106
Bsq・・・330kg														

平成20年度全国指導者講習会報告

指導者育成専門委員会 小栗 和成

平成21年2月7日（土）～2月8日（日）の2日間、ナショナルトレーニングセンターにて毎年恒例の全国指導者講習会を実施しました。

実施内容

平成20年2月7日（土）

1. 講演 北京オリンピックを戦って
(北島・中村などのメダリストを育成した指導者) 平井 伯昌 氏
2. ドーピングについて 小野 多恵子 氏
(JADA)
3. 指導員のカリキュラムについて 小栗 和成

平成21年2月8日（日）

1. 2008年度の総括とロンドンオリンピックに向けて 篠宮 稔
小宮山 哲雄
2. 2008年アジア選手権大会の動作分析 池田 祐介
竹俣 壽郎
3. ナショナルトレーニングセンターの見学

以上の内容で講習会を実施しました。

本年度の全国指導者講習会では、北京・アテネの両オリンピックで金メダルを獲得した北島康介選手の指導者である平井伯昌氏に講演していただきました。データを活用した指導や選手の個性に合わせた指導方法など個人競技の指導について見習うべき点が数多くあり、非常に指導者は勉強になりました。

ドーピングについては JADA の広報活動行っている小野多恵子氏に講義を頂き、ドーピングについてわかりやすく解説していただきました。

指導員のカリキュラムについては、平成21年度から本協会が養成する公認スポーツ指導者制度のウエイトリフティング指導員の専門科目のカリキュラムについて説明しました。

講習会の2日目は北京オリンピックの選手の活躍とロンドンオリンピックに向けての取り組みについて篠宮専務理事と小宮山選手強化本部長による説明がありました。

2008年アジア選手権大会の動作分析では JISS の分析担当者の池田祐介氏が金沢で行われたアジア選手権の動作分析の解説をしていただきました。日本選手と外国選手と動作の違いを分析されており、参加者は質問を多くされていました。指導者の興味関心が高い内容の講義でした。

講習会の最後にウエイトリフティング場の見学を行い解散しました。

平成20年度全国指導者講習会

2/7日 NTC 13:00～

「北京オリンピックを戦って」

講演 平井伯昌 (TSS) 日本水泳連盟ヘッドコーチ

(北島・中村などのメダリストを育成した指導者)

- ・中二から北島康介を教えている。

◎指導方法

否定後語を使わないようにしている。

～してはだめだぞ。ではなく *こうしたほうが良いぞ！！

(ポジティブに言う。)

- ・長所を伸ばす (短所は多小は目をつむる)
- ・同じ「成功」を追いかけない。毎年同じことを繰り返さず、視点を変えた課題。
- ・目標は記録といった「結果」より「過程」を重んじていた。
- ・練習中から「メンタル」と「頭」を鍛える。簡単な頭脳は使わせるべし。

◎伸びる選手とは

- ・周囲が伸ばそうとしてくれる選手である。
老若男女様々な考えの中ですかれる人間である。
- ・「心」の部分がプレッシャー
- ・いつも通りが難しい。(特に試合において)
- ・技術コーチ、メンタルコーチであれ！！
- ・戦法はコーチにまかせろ。勝負の判断は私が負う。選手は伸び伸びやらすこと。

◎黙って頑張らせる時期も必要

- ・我慢するくせ、人から学ぶ姿勢を若いうちに身につけさせることが大事。
- ・自分で考えさせる事を少し入れさせることが大事。
- ・開花させられる能力をたくさん持っている選手が、才能ある選手である。

◎今後の方針

- ・年齢に応じた練習で、距離・頻度を増やす。若い時より疲労が抜けない。
- ・北島の特性を生かしたやり方で毎年見直していく。
- ・ハード練習によって、メンタル面も鍛えていく。

◎心の発達が重要！！

(20歳後半からメンタルの部分が伸びてくる)

～ベラルーシ合宿報告～

《平成21年2月11日～3月3日》

稲垣 英二

今合宿は、1月のジュニア強化合宿の際、海外優秀コーチ招聘事業で来日したベラルーシ共和国ナショナルチームの Alexander Kurlovich 氏、ヘッドコーチの Alexander Goncharov 氏の協力のもと、ベラルーシ共和国のオリンピックスポーツセンター：通称 Stayki(スタイキ)において行われた。日本チームの参加者は、ロンドンオリンピックを見据えた若手選手で構成した9名で、ベラルーシチームは、コーチ陣5名、ドクターとトレーナーが各1名。選手は、北京オリンピック 105kg級金メダリストの Ariamnov 選手、85kg級銀メダリスト Rybakov 選手を含む17名。4月のヨーロッパ選手権を控えたナショナルチームの面々が揃っていた。

トレーニングメニューについてはベラルーシチームヘッドコーチの Alexander Goncharov 氏の作成したメニューに沿って行なった。日本選手にとっては、初めて行なう種目もあり、動きの中で、力を大きく発揮するポイントやその力の方向を意識させ、また指摘する場面が多かった。まだ大会に向けた準備期ということもあり、スナッチ、クリーン&ジャーク自体で最高重量を扱う練習はなかったが、それぞれの種目に繋が
る(種目の動作により近いもの。高重量を扱える。怪我の危険性が少ない。)練習内容は大変参考になった。(別紙トレーニングメニュー参照)

練習のペースは日本で行っている強化合宿に比べ、頻度は少なく感じるが、年間を通して強化をしていける体制のベラルーシであれば、ちょうど良いのだろう。日本の合宿では、強化期間と捉えハードなメニューを組むことが多いが、年間を通した強化体制であるベラルーシの余裕を感じた。技術的には基本に忠実なもの(背中を伸ばし、バーベルを身体から離さずに引き、力強く真上に蹴り上げ、上体を反ることなく伸び上がり、力強く脚を踏み変え、安定して深く座る。)であり、癖のある選手は、殆ど見られなかった。

一番感じたことは、動きの一つ一つを日本の選手以上に丁寧にこなしていたこと。最大の力で蹴り上げるようなポイントは、すべて最大の力で蹴ることを徹底していたことである。強さの秘密は、単純ではあるが、『基本に忠実であり、力の出しどころで確実に最大のパワーを発揮する練習を日々徹底していること』
である。

準備期におけるスナッチ、クリーン&ジャークの強化方法は今後の指導に大きく活かせるだろう。鍛練期、試合期の練習内容についてもとても興味があり、今後も交流を継続できることを期待したい。指導者は勿論、選手にとっても準備期の今、それぞれ身体が出来ている者、そうでない者共に、スナッチ、クリーン&ジャークに向けた身体を作ることが出来たと思う。準備期でありながら若い選手は自己新記録を挙げる等、今後への期待を感じられるものであり、十分な収穫、成果のあった合宿であった。

食事面は、肉料理を中心にジャガイモのペースト状のものが添えられたもの等、日本人の味覚に合うものが多く、野菜のバリエーション、量が多少少なく感じるものの、ナッツ等の補食でビタミンやミネラルの補給を図ったり、栄養バランス、ボリューム共に充分であった。外気温は、常にマイナスの世界ではあるが、建物の中(居室、練習場)は、大変暖かく、体調を崩す者もいなかった。

今後も合宿による交流を継続し、両国の更なる競技力向上に繋げていきたい。



J A P A N T E A M

COACH



Tetsuo(48)



Chikara(51)



Eiji (36)



Nori (36)



Reiko (??)

ATHLETE



**56kg
Ippei(25)**

S 110kg
J 136kg
SQT 177kg



**56kg
Ken(21)**

S 107kg
J 133kg
SQT 150kg



**62kg
Masa(23)**

S 127kg
J 155kg
SQT 190kg



**69kg
Tomo(26)**

S 140kg
J 172kg
SQT 218kg



**69kg
Luke(21)**

S 128kg
J 156kg
SQT 205kg



**77kg
Hiro(22)**

S 136kg
J 170kg
SQT 300kg



**94kg
Yura(26)**

S 155kg
J 195kg
SQT 251kg



**105kg
Yuya(22)**

S 152kg
J 192kg
SQT 280kg



**+105kg
Kazu(22)**

S 176kg
J 215kg
SQT 290kg

BELARUS TEAM (MEN)

COACH



**Alexander
Nikolaevich
Kurlovich**



**Alexander
Vasilivich
Goncharov**



**Victor
Yevgenivich
Shershukov**



**Mihail
Nikolaevich
Solodar**



**Mihail
Nikolaevich
Rabikovski**

DOCTOR



**Yuri
Vladimirovich
Soukin**

MASSEUR



**Alexander
Sergeivich
Soloviyov**

ATHLETE



**56kg
Chadovich
Stanislav (16)**
S 100kg
J 118kg
SQ 150kg



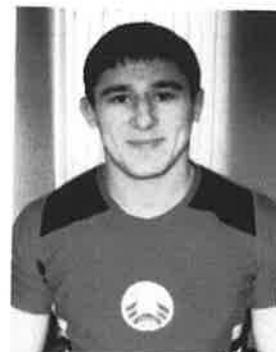
**62kg
Makhveyenia
Henadzi (25)**
S 142kg
J 177kg
SQ 240kg



**62kg
Sorocoletov
Victor (20)**
S 125kg
J 145kg
SQ 190kg



**77kg
Fizner
Kazimir (19)**
S 165kg
J 185kg
SQ 260kg



**77kg
Psvekin
Leonid (22)**
S 160kg
J 185kg
SQ 250kg

BELARUS TEAM (MEN)

ATHLETE



77kg
Chernik
Nicolai (22)
 S 170kg
 J 205kg
 SQ 260kg



77kg
Lagun
Sergei (20)
 S 170kg
 J 210kg
 SQ 300kg



85kg
Novikov
Nikolai (22)
 S 170kg
 J 200kg
 SQ 260kg



85kg (silver)
Rybakov
Andrei (26)
 S 191kg
 J 220kg
 SQ 300kg



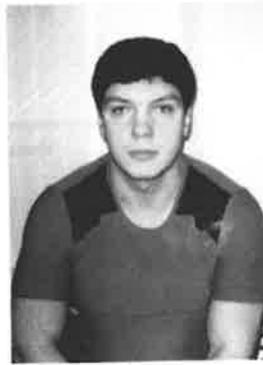
85kg
Straltsov
Vadjim (22)
 S 180kg
 J 210kg
 SQ 300kg



94kg
Alexander
Makarenko(22)
 S 160kg
 J 200kg
 SQ 260kg



105kg(gold)
Ariamnov
Andrei (20)
 S 205kg
 J 245kg
 SQ 330kg



105kg
Avdeev
Mihil (27)
 S 186kg
 J 226kg
 SQ 310kg



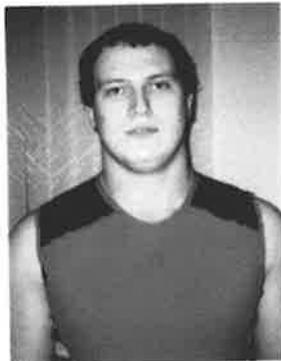
105kg
Lovan
Oleg (24)
 S 181kg
 J 225kg
 SQ 300kg



105kg
Golub
Andrey (20)
 S 180kg
 J 206kg
 SQ 270kg



+105kg
Zharnoser
Evgeri (21)
 S 183kg
 J 220kg
 SQ 300kg



+105kg
Vornik
Dzmitry (20)
 S 175kg
 J 220kg
 SQ 300kg

2月	A M 10:00-	P M 16:00-
9日 (月)		
10日 (火)		ホリディン東武成田ホテル17:00集合
11日 (水)	成田11:55発	ウイーン15:00着(日本との時差8時間) ミンスク23:30着(日本との時差7時間) オリンピックセンター24:30着
12日 (木)	10:45~11:40 ① B.sq ② S ③ C&J } 50分間	Rest
13日 (金)	① Snatch 60/2*2 70/3*1 75/3*1 80/3*1 85/3*2 90/2*1 95/1* ② S-Pull S105/3*3 ③ PJ+J 60/1+1*2 70/1+1*1 75/1+1*2 80/1+1*2 ④ Box Jump 5*3 ⑤ 腹筋 *3	① Power S+Back Press+Snatch Sq 55/1+2+1*3~4 ② C&J 60/1+2*2 70/2+1*1 70/1+2*1 75/2+1*1 75/1+2*1 80/2+1*1 80/1+2*1 85/2+1*1 85/1+2*1 ③ C.Pull 95/4*1 105/3*4 ④ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ⑤ AB&Box Jump 各3set
14日 (土)	① B.sq(S幅で持ち、Sの足幅)~そのままBackSnatch(ダイレクトに座る) 60/2*2 70/2*1 75/2*1 80/2*2 85/2*1 90/2*1 95/1-2*1 100/1*1 ② F.sq 85/4*5 (しっかり座って速く立つ) ③ Press(好きなもの) 6*5 ④ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ⑤ AB&Box Jump 各3set	Rest
15日 (日)	Rest	Rest (散歩)

ベラルーシ強化合宿トレーニングメニュー

No 2

2009. 2. 12 - 3. 1

2月	A M	10:00-	P M	16:00-
16日 (月)	① Power S+Back Press+Snatch Sq	55/2+1+1*3	① B.sq	75/5 85/4*4 (脚の弱い選手やBsqのない 軽い日に入れる)
	② HS+S	60/1+1*2 70/1+1 75/1+1*2 80/1+1*3	② Snatch	60/2*2 70/3 75/3 80/2*2 85/2*2 90/1*1-2
	③ Rack Jeak	60/2*2 70/3*2 75/3*3	③ S-Pull	105/3*4
	④ Back ex	負荷ありなし自由	④ Back ex	負荷ありなし自由
	⑤ AB&Box Jump	各3set	⑤ AB&Box Jump	各3set
17日 (火)	① Hi-C	60/2 70/2 75/2*3 80/2	①	Rest
	② Rack P Jeak	70-80/2*5 (本来16日午後S-Pullのあと にあったもの)	②	
	③ B.sq	75/5 85/3-4*5	③	
	④ Back ex	負荷ありなし自由	④	
	⑤ AB&Box Jump	各3set	⑤	
18日 (水)	① HS+Hang HS	70-75/1+1*5	① S+Hang S + S	60/1+1+1*2 70/1+1+1 75/1+1+1*2 80/1+1+1*2 85/1+1+1*2
	② Box C&J	60/1+2*2 70/2+1*1 75/2+1*1 80/2+1*2 85/2+1*2 90/2+1*1	② S-Pull	105/3*3
	③ Box Pull (C)	105/3*4	③ Rack PJ + Jeak	60/1+1*2 70/1+1 75/1+1 80/1+1*3
	④ Back ex	負荷ありなし自由	④ Back ex	負荷ありなし自由
	⑤ AB&Box Jump	各3set	⑤ AB&Box Jump	各3set
19日 (木)	① Push Press	65/3*5		Rest
	② B.sq	80-85/4*5		
	③ Back ex	負荷ありなし自由		
	④ AB&Box Jump	各3set		
	⑤			
20日 (金)	① Hi Snatch	60/3*2 70/3 75/3*2 80/2 85/1	① Box Snatch	60/2*2 70/3 75/3 80/3 85/3*2
	② C + F.sq + J	60/1+1+2*2 70/1+2+1 75/1+2+1*2 80/1+2+1*2 85/1+2+1*2 90/1+1+1	② Box Pull (S)	105/3*3
	③ C-Pull	100/3 105/3*3	③ Rack Jeak	60/2*2 70/2 75/2*2 80/2*2
	④ Back ex	負荷ありなし自由	④ Back ex	負荷ありなし自由
	⑤ AB&Box Jump	各3set	⑤ AB&Box Jump	各3set
21日 (土)		Rest		Rest
22日 (日)	① Sq(Sの手幅) ~ balance S	60/3*2 70/2 80/2*2 85/2*2 90/2*1-2		Rest
	② F.sq	85/4*5		
	③ Press	5*5		
	④ Back ex	負荷ありなし自由		
	⑤ AB&Box Jump	各3set		

2009. 2. 12 - 3. 1

2月	A M 10:00-	P M 16:00-
23日 (月)	① HS 60/2*2 70/3*1 75/2*2 80/2*2 ② Rack Jeak 60/2*2 70/3*1 75/3*1 80/2*3 ③ Stiff Leg DL(S) 80/5*4 (踵をつけたままシュラッグまで) ④ AB&Box Jump 各3set	① Snatch 60/2*2 70/3*1 75/3*1 80/2-3*1 85/2*3 90/1-2*1 ② HC&PJ 60/1+2*2 70/2+1*1 70/1+2*1 75/2+1*1 75/1+2*1 80/2+1*1 801+2*1 ③ Bent over(GM) S-MAXの75-80/5-6*4 ④ AB&Box Jump 各3set
24日 (火)	① Push Press C&J-MAXの65/3*5 ② B.sq 85/4*5 ③ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ④ AB&Box Jump 各3set ⑤	① Rest ② ③ ④ ⑤
25日 (水)	① Power S+Back Press+Snatch Sq 55/1+2+1*3 ② C&J 60/1+2*2 70/2+1*1 75/2+1*1 80/2+1*2 85/2+1*3 ③ HS+Hang HS 70-75/1+1*4-5 ④ AB&Box Jump 各3set ⑤	① Snatch 60/2*2 70/3*1 75/3*1 80/3*2 85/2*3 ② PJ+F.sq+J 60/1+1+1*2 70/1+2+1*1 75/1+2+1*2 80/1+2+1*2 85/1+2+1*2 ③ Back ex 負荷ありなし自由 5*3-4 ④ AB&Box Jump 各3set
26日 (木)	① PowerHC+PP C-MAXの55-60/2+2*5 ② B.sq 75/5*2 85/3*4-5 ③ Press 5*5 ④ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ⑤ AB&Box Jump 各3set	Rest
27日 (金)	① Box Snatch 60/2*2 70/3*1 75/3*1 80/3*2 85/2*2 90/2*1-2 ② Box Pull (S) 105/3*3 ③ Rack Push J 70-80/2*5 ④ AB&Box Jump 各3set ⑤	① Power S+Back Press+Snatch Sq 55/2+1+1*3 ② Clean 60/2*2 70/3*1 75/3*2 80/3*3 ③ Clean Pull 95/4*1 105/3*3 ④ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ⑤ AB&Box Jump 各3set
28日 (土)	① Push Press(Rackから) 65/3*5 ② F.sq 80-85/3-4*5 ③ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ④ AB&Box Jump 各3set ⑤	Rest
3/1日 (日)	10:30~ ① B.sq 50/4*1 60/4*1 70/4*1 75/4*1 80/4*1 85/4*1 ② Free 20min ③ Back ex 負荷ありなし自由 6*3 ④ AB&Box Jump 各3set	オリンピックセンター15:00発 ミンスク空港 17:25発 ウイーン空港 18:10着 NH Vienna Airport Hotel 宿泊(19:00 Check in 17:30~Dinner)

今合宿は、2012年に開催されるロンドンオリンピック大会でのメダルの獲得並びに上位入賞を目標に大学生でのトップクラスの選手達を対象に国際競技力向上のための強化合宿であった。

トレーニング場所は、アメリカ合衆国ルイジアナ州シュリーブポートにあるルイジアナ州立大学シュリーブポート校(以下:LSUS)のトレーニングセンターにて行った。LSUSのHealth and Physical Educationの教授Dr. PierceはIWFのResearch & Science CommitteeのメンバーでありLSUSは、USA Weightlifting Development Centerとしてアメリカの選手育成の拠点となり小学生から社会人まで多くの選手が練習を行っている。北京オリンピックに出場しアメリカ記録保持者である85Kg級のKendrick Farrisは、11歳からこのLSUSでトレーニングを行っており現在も大学4年生で同じ場所でトレーニングを行い、ロンドンオリンピックを目指している。トレーニングメニューは、準備期を経て、試合期へ移行する時期と位置づけ、基礎体力を競技種目へ結びつけることを主眼とした。スナッチ、クリーン&ジャークで高重量を扱う日は、同じ階級のアメリカの選手と一緒にいきお互いに競い合いながら自己新記録を達成する選手などもおり、お互いにより刺激になっていた。日本では、学校体育における部活動として活動を行っている例がほとんどであるが、ここでは大学が拠点となりクラブチームとして多様な年齢層の選手が集まりトレーニングを行っている。練習メニューは、年齢や経験年数や競技レベルによって異なる内容がトレーニングセンター内に掲示されており、それに沿って選手は自分にあったトレーニングを行っている。レジスタンストレーニングの先進国アメリカのトレーニングを肌で感じて、補強種目器具やトレーニングマシンなども含め、指導者・選手ともに今後の強化

つながる手ごたえを感じることで十分な収穫、成果のあった合宿であった。

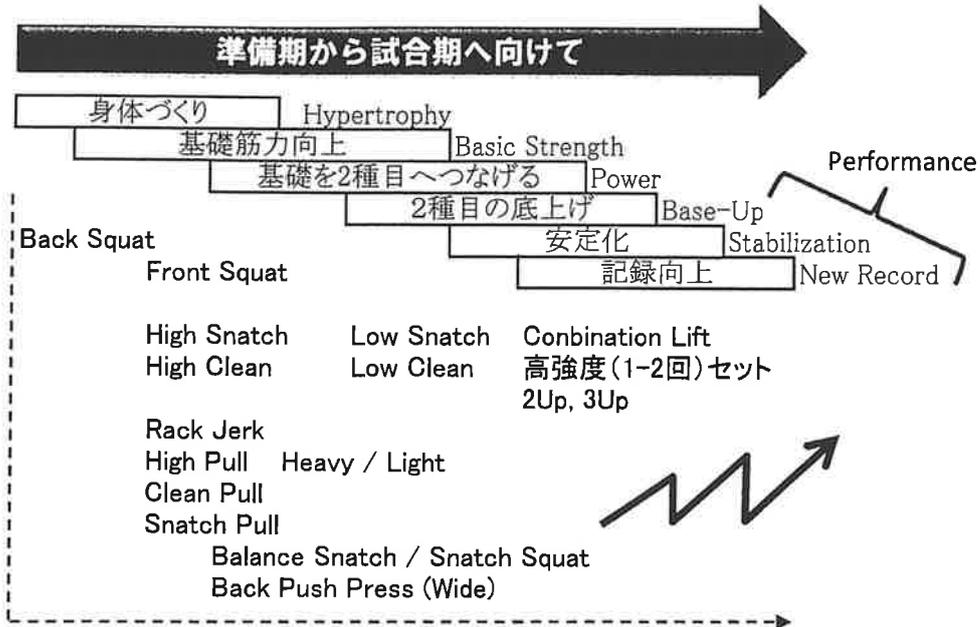
今回は大学生を対象としたこともあり、Dr. Pierceに特別講義“オーバートレーニングとトレーニングの期分けについて”をお願いした。講義に通訳はなかったが、ウエイトリフティングを行っている選手たちには馴染みの深い単語が随所にあったので、概ね選手は理解したようであった。普段の体調管理の大切さをスポーツ科学から学びとり、この合宿のもう一つの大きな成果であるといえる。食事および生活面では、大学より車で約15分に位置するホテルに宿泊した。食事は3食ともホテルにてビュッフェスタイルであった。ルイジアナ選手関係者の計らいで炊飯器を借用し御飯を炊くことができ、ともすれば飽きてしまうアメリカンスタイルのビュッフェも主食と副食をそろえることができたので飽きることなくまた栄養バランスを各自考えて摂取することができた。また、地元の観光協会の厚意で滞在中に開催された“Mardi Gras”にも地元選手たちとともに参加した。カトリック行事に由来するルイジアナ州最大のフェスティバルを体験し、文化的な側面も学ぶことになった。海外遠征が初めての学生も何人かおり時差(15時間)や食生活、文化の違いなどから選手の体調を心配したが、体調を崩す者もなく無事に終了することができた。

今回の合宿で得られたトレーニング方法やトレーニング科学に関する知識および海外では必須であるコミュニケーション能力などを今後のさらなる強化につなげていきたい。



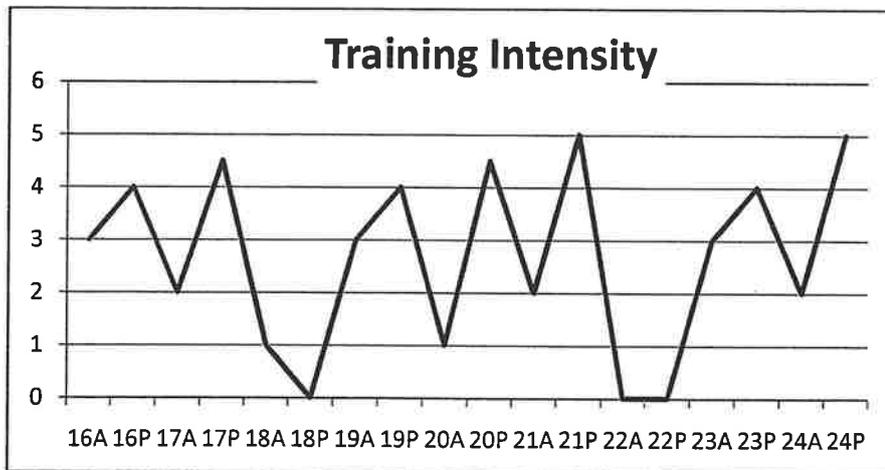
JWA Training Camp

Louisiana State University at Shreveport



☆強弱のイメージを持つ

	16	17	18	19	20	21	22	23	24
	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue
AM	M	L	Aero	M	Aero	L	Off	M	L
	3	2	1	3	1	2	0	3	2
PM	LH	MH	Off	LH	MH	H	Off	LH	H
	4	4.5	0	4	4.5	5	0	4	5



◇Time Table

7:00 Work out	12:30 Lunch
7:30 Breakfast	15:00 Dept.
9:30 Dept.	15:30 Training
10:00 Training	18:30 Dinner
12:00	19:30



1	16				17				18					
	Mon				Tue				Wed					
AM	10	W-up			10	W-up			60	Jog	Dash	Jump		
	20	P Press		3 6	15	M Press		5 5		Basic				
	20	HSn	HS50%	3 6	20	Sn Pull + Sn		(2+1)3 6						
	20	Bal Sn+ Sn SQ	S70-80%	(2/1) 5	20	HC	HC80%	3 6	90	Lecture Dr. Pierce				
	20	pull+ HC	HC60%	(2+1)3 6	20	Rack J		2-3 6						
	30	Care Time			30	Care Time								
PM	40	Sn (H/L)		(2/2) 3	40	Sn		2 3	Off					
				(1/2) 3				2 3						
				(1/1) 3				2 3						
	40	CJ (H/L/J)		(1/2/2) 3	40	CJ		2 3						
				(1/1/2) 3				2 3						
				(1/1/1) 3				2 3						
	20	Sn Hi Pull	S105%	3 6	30	Cl pull	3stop	3 8						
	20	FSQ		5 6	30	BSQ		2-3 8						
20	Free			20	Free									
30	Care Time			20	Care Time									
2	19				20				21					
	Thu				Fri				Sat					
AM	10	W-up			Active Rest				10	W-up				
	20	HSn		3 6					20	M Press			3 6	
	20	HC+PJ		2+2 6					30	Sn related				
	20	Jerk Press		3 6					20	Sn Pl Full Ext			5 6	
	20	Free							20	Back P Press	S80-90		2 6	
	30	Care Time							30	Care Time				
PM	40	Sn (H/L)		(2/2) 2	40	Sn	80 85 88	40	Sn	93 1 3				
				(1/2) 2			90 93 88			96 1 3				
				(1/1) 4			93 95							
	40	CJ (H/L/J)		(1/2/1) 2	40	CJ	80 85 88	40	CJ	93 1 3				
				(1/1/2) 2			90 93 88			96 1 3				
				(1/1/1) 4			93 95							
	25	Half FSQ	C100%	2 8	30	Rack J	95-105%	2 6	30	BSQ		5 5		
	25	Sn Hi Pull	S110%	3 8	30	Cl pull	3stop	3 8	30	Pull : Free				
20	Free			20	Free			20	Free					
30	Care Time			20	Care Time			20	Care Time					
3	22				23				24					
	Sun				Mon				Tue					
AM	Off				10	W-up			10	W-up				
					20	P Press		3 6	20	Full Ext + Sn			3 6	
					20	HSn		3 6	20	Sn SQ			3 6	
					20	HC (BK Box)		(1/1)3 6	20	Jerk Press			(1/1)3 6	
					20	Half FSQ	C110%	2 6	20	Free				
					30	Care Time			30	Care Time				
PM	Off				30	Sn (H/L)		(2/1) 3	40	Sn	80 87 90			
								(1/2) 3				84 89 93		
												88 92 96		
					30	CJ (L/J)		(2/2) 3	40	CJ		80 87 90		
								(1/2) 3				84 89 93		
												88 92 96		
					30	Rack J	CJ90%+	2 8	30	Free				
					30	Sn Hi Pull	S110%	3 6	30	Free				
20	Free													
20	Care Time			20	Care Time									

2種目の設定重量とその達成状況

Name	2008Results	Mode	2/16		2/17		2/18		2/19		2/20		2/21		2/22		2/23		2/24			自己新	Jr
			H/L/J	H/L/J	2*3	Circuit	H/L/J	H/L/J	2up	1*3	off	L/J	3up										
玉城 成一	56kg	S	90	100	100	-	90	100	96	100	96	100	96	100	-	-	80	100	100	103	106	S106, BSQ171	105
		CJ	110	130	130	-	110	130	125	130	125	130	125	130	-	-	115	130	134	134	139		135
安永 和詩	56kg	S	80	105	105	-	80	100	95	100	95	100	95	100	-	-	70	100	100	105	109	HC115	108
		CJ	110	130	130	-	110	130	125	130	125	130	125	130	-	-	100	130	134	134	137		139
黒江 雄治	62kg	S	80	90	90	-	85	97.5	100	100	97.5	100	100	102.5	-	-	80	103	103	105	110		
		CJ	100	120	120	-	110	125	130	127.5	130	127.5	130	130	-	-	105	130	135	135	140		
武井 誠一郎	69kg	S	90	100	100	-	100	105	110	113	118	118	118	120	-	-	90	110	110	115	120		125
		CJ	120	130	130	-	130	130	135	140	140	145	140	145	-	-	120	135	140	140	145		150
白草 竜太	77kg	S	100	120	120	-	105	115	120	115	120	115	120	120	-	-	100	115	115	120	125		127
		CJ	140	150	150	-	140	140	145	140	145	140	145	145	-	-	130	140	140	145	150		155
白石 宏明	94kg	S	100	120	120	-	120	125	130	130	135	135	135	138	-	-	110	130	130	135	138	HS120/2	135
		CJ	120	160	160	-	150	165	170	170	175	175	175	184	-	-	140	175	180	180	184		177
大西 教平	+105kg	S	70	100	100	-	100	115	120	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
		CJ	90	130	130	-	140	140	145	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
鎰谷 綾子	53kg	S	55	65	65	-	60	65	68	65	68	65	68	68	-	-	55	65	65	68	70		
		CJ	75	80	80	-	80	80	85	80	85	80	85	85	-	-	70	80	80	83	85		
菊田 泰子	58kg	S	45	50	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	45	45	45	50	55		
		CJ	70	75	75	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	65	70	70	75	80		

選手には合宿に先立ち、期間中の重量の強弱を設定した上で、最終日の目標重量を設定させた。
直近の状況を踏まえ、毎練習前に重量を申告させた(上記)。

Training Camp at USA Louisiana State University in Shreveport



加藤 智子
岡田 純一

準備期から試合期へ向けて

今合宿は大学生を対象とし、国際競技力向上および人材育成に焦点を当てた強化合宿であった。すなわち、選手として競技力向上のためにトレーニングを実践するとともに、技能や身体能力向上などを包括的に考慮したトレーニング計画を立案させることにも取り組んだ。さらに国際大会で必須となる公用語（英語）でのコミュニケーション能力あるいはウエイトリフティング用語にも慣れていくことは、選手として、のちに指導者として活躍を期待される大学生に大いに求められる素養であろう。

合宿地は、アメリカ合衆国ルイジアナ州シュリーブポートにあるルイジアナ州立大学（Louisiana State University in Shreveport、以下LSUS）のトレーニングセンターであった。シュリーブポートはルイジアナ州北西に位置する人口20万人の地方都市で、LSUSはルイジアナ州立大学の分校の一つである。Dr. Kyle Pierce（カイル・ピアース）は同校の健康・体育学部キネシオロジー学科の教授、ならびに国際ウエイトリフティング連盟科学研究委員であり、米国ナショナルチームに帯同する指導者でもある。ピアース氏が主宰するウエイトリフティングクラブは、校内に15面のプラットフォームを配置し、体育館・温水プールやフィットネストレーニング施設にも隣接している。このクラブは米国ウエイトリフティング協会が指定する育成拠点（USA Weightlifting Development Center）となっており、ウエイトリフティング専用の施設は小学生からマスターズリフターまで、多くの選手が練習を行っている。さらにトレーニングでオリンピックリフトを実施する他競技の選手にまで幅広く利用されている。また、北京オリンピックに出場し、アメリカ記録保持者でもある85Kg級のKendrick Farrisは、11歳からこのLSUSでトレーニングを行っており現在も同校4年生で、ロンドンオリンピックを目指しトレーニングを続けている。

本合宿のトレーニングプログラムは、準備期を経て、試合期へ移行する時期と位置づけた。つまり、基礎体力を競技種目へ結びつけることを主眼とした。スナッチ、クリーン&ジャークで高重量を扱う日は、同じ階級のアメリカの選手と一緒にいき、互いに競い合いながら自己新記録を達成する選手などもおり、よい刺激となっていた。日本では各大学のクラブで（部活動として）トレーニングを行っている者がほとんどであるが、ここでは大学が拠点となりクラブチームとして多様な年齢層の選手が集まりトレーニングを行っている。トレーニングメニューは、年齢や経験年数または競技レベルによって異なる内容がトレーニングセンター内に掲示されており、それに沿って選手は自分に合ったトレーニングを行っている。補助器具やトレーニングマシンなども含め、ウエイトトレーニング先進国のアメリカのトレーニングを肌で感じて、指導者・選手ともに今後につながる手ごたえを十分に感じた合宿であった。

◆◆◆ 選手のメモより ◆◆◆

玉城成一（56kg級：日本大学2年）

【課題】背中を曲げるくせがあるのでそれを直すことです。試合に向けての調整をどこへ行ってもできるようにすることです。S:106Kg、J:140kgを最終日にとることです。アメリカ人と仲良くなり、アメリカの人のウエイトリフティングに対するフォームや気持ちを知りたいです。



【自己評価】背中を曲げないように意識をしていたのですが、曲がってしまいだめでした。調整は最終日にあわせることができたので、良かったと思います。スナッチは目標値をクリアしました



が、C&Jはだめでした。アメリカ人と仲良くなることのできたのでとても良かったです。しかし、英語が話せ

ずにフォームや気持ちは聞けませんでしたが。目標とした重量をとることができたので、半分は達成したと思います。

安永和詩 (56kg 級：法政大学 2 年)

【課題】 フォームの安定を心がける。ケガを増やさない。



人と一緒にやるとあけてしまうので、午前中はしっかりとした重量でメニューとおりの練習をする。S:110kg、J:140kg 目指す。アメリカ人と仲良くなる。英語をしゃべれるようになる。

【自己評価】 体重が現地に入ってから 3kg 落ちたので体重キープを次の合宿からしていきたい。S の 109 は引きで腰が曲がってしまって上がってこなかった。DL 強化したい。J の 140 は上体の強化が足りなかった。(J:137kg は自己新記録) アメリカの選手ととても仲良くなることができた。英語も中学レベルのかたことな感じだがしゃべれるようになったし、聞いて理解することができた。アメリカ人がとても親切で楽しい合宿になった。



黒江雄冶 (62kg 級：早稲田大学 3 年)



【課題】 今回の合宿の課題は、SQ、DL 等の補強種目の強化とそれを S、J につなげ、セット重量が少しでも重いものにできるようになることです。S:110kg、J:140kg。英語は苦手で、特に聞き取りが不得意で会話の内容が理解できず、どのような反応をしていいかわかならいう状態なので何とかしたい。

【自己評価】 ほぼ課題を達成することができたと思う。筋肥大を目的とした練習をおもに行ってきたのであまり高重量を扱わなかったのですが、今合宿ではほぼベストの記録付近でセットをこなすことができたので、手ごたえを感じました。ジャークの 140kg は達成できたが、スナッチの 110kg は達成できませんでした。しかし、110kg を 6 回挑戦し手ごたえは感じ成果が出ていると思いました。最初に比べ落ち着いて会話ができるようになったと思います。聞き取れない単語やどのような意味を表す単語か解釈が難しいときもありましたが、以前と比べれば冗談を言い合えるくらいに余裕をもってコミュニケーションをとることができるようになりました。もっと英語が話せるようになりたいと感じています。今回の合宿ではとても貴重な体験をすることができました。英語によるコミュニケーションやアメリカの文化や食事、日本ではほとんど体験することのないものが多くありました。また、日本との時差が 15 時間、昼夜逆転の生活は思った以上にこたえることがわかりました。私は英語が苦手なのであまりこの合宿に対して意欲的ではなかったと思いますが、この合宿に参加することができてよかったです。



武井誠一郎 (69kg 級：早稲田大学 1 年)

【課題】 高重量になると背中、特に下腰が曲がってしまう。リフティングに柔軟性はあるが爆発的な安定感がない。S:120kg、J:145kg。時差ボケに早く慣れる。食事はあるものでバランスを考えて、飽きのこないようにメニューをやろうと思う。せっかくアメリカに来たのだから、寝てばかりいないで、現地の人や文化にしっかりふれたいと思う。



【自己評価】 背中の曲がり種目で高重量に多く挑戦したことで大分改善さ



れた。ただ前にとられる失敗はまだある。爆発力は、普段あまりやらない Hi 系の種目を行うことで良くなってきた。種目では自己新記録はでなかったが、まだ先のある試技ができたと思う。時差ぼけは現地に着いて3日目で慣れてきた。食事に関しては白米の登場でバランス良くとれたと思う。アメリカ人とは、予想以上に仲良くなれた。そしてもっと英語を話せるようになりたいという願望が出てきたので、帰ったら勉強していきたい。練習や交流などすべてが実になる内容だったし、今後のためにもとてもためになった。ただ、団体行動を行う上で迷惑をかけることが多くあったので気をつけたい。

白草竜太 (77kg 級 : 関西大学 1 年)

【課題】フォームを固定化し、安定した試技ができるようになる。S:130 kg、J:160 kg。アメリカの選手とは積極的に話にいったりする。いろいろな経験をしたいです。

【自己評価】デットリフトの時に背中が丸まらないように気をつけたい。スナッチはかなり近いところまであげることができたが、ジャークはだめだった。基本から作り直していきたい。パソコンで自分のフォームをチェッ



クする等、他ではできない体験ができとても参考になりました。日本に帰っても言われてことを直していきたいと思います。



白石宏明 (94kg 級 : 九州国際大学 1 年)

【課題】シャフトが体の近くを通るフォーム作り。S:140kg J:184kg。慣れない海外でも食生活を正しくする。アメリカの人と仲良くなり、海外の情報を知る。

【自己評価】スナッチでは、体にそってシャフトを引きセカンドにあたる前につま先立ちにならにようにする。シャフトを迎えに行くのではなく、自分の頭上に引き込むようにキャッチする。ジャークでは、引きのときに背中が曲がらないようにすること、おしりからあがらないように



し、体にそって引く。最終日に目標重量をさわれたので調整がよかったと思います。自己新記録はあがらなかったけれど、軽かったので今後の大会で挙げようと思います。生活面では、海外でも栄養バランスを考えた食事ができた。時差にも早く慣れるようになりました。交流の面では、積極的にイベントに参加しアメリカの文化を少し知れたような気がします。日本とはちがった環境で練習ができてとても参考になりました。今回の合宿に参加して、アメリカの人は日本人と違っ



て自分を限界まで追い込んでつぶれるまであげ続けるというのが多くとても驚きました。フォームよりも力をつけて挙げているというのが主流な国だと思いました。

大西教平 (+105kg 級 : 日本大学 3 年)

【課題】どれだけ、膝に負担をかけずに種目に取り組めるようにするか、また補強をできるものは、とことん行い体のバランスをよくする。スナッチ・ジャークはあまりできないが、目標として、S:130kg J:170kg まで行きたいと思う。アメリカの練習はどのようなものなのかを聞き、取り入れていきたい。また、日本との生活の変化において、食生活などは気をつけていきたい。



【自己評価】今回の合宿において、まず膝の痛みがある中で練習を行っていたが、ケアやストレッチにも色んな方法、また体幹を鍛えるために、新しいやり方がありもう少し色んな考えがあることに気付いたのでこれからの練習に考えて行えるようにする。S:120kg、J:150kg という結果だった。数値目標としては、達成できないが膝の痛みも考えた結果では、いいと思いました。アメリカチームの練習では、みんなが楽しみながら行っているところ、体幹の新しい鍛え方や補強の方法、ピアース先生の

オーバートレーニングについての講義などためになることができました。生活・文化では、Mardi Gras という大きな祭りがあり、色々な文化に触れてよかったです。今回の合宿において、自分は膝の怪我がありながらも、合宿の参加することになり戸惑いがありましたが、実際参加した中で様々な物を学び、新たな知識を得たり、実際に行ってみたりしてたくさんの方が身につけた貴重な合宿になりました。この合宿を通して、自分がこれからの練習生活にプラスしていき、色々な国際大会に出られるように強くなっていきたいです。



鑑谷綾子 (53kg 級：立命館大学 2 年)



【目標】弱点強化、腕力、腹筋をはじめ、小さな筋肉をから大きな筋肉まで強化をおこなう。また、それらのトレーニングを身につける。フォームの修正、特にジャークがうまくさせるように修正する。S:70kg、J:85kg 今まで補強中心でやってきた時期だったので、これくらいできればいいかなと思う。米国の人たちとのコミュニケーションを積極的にとる。米国の生活リズムに早く慣れる。

【自己評価】弱点を強化することはできなかったが、弱点を克服するトレーニングを身につけることができたので、これから強化に励む。ジャークのフォームは少し体でわかる部分がでてきて、よくなってきたが、スナッチが悪くなってきたので、アドバイスをもとにこれから修正していく。スナッチが悪すぎたので、セカンドからのコースを中心に練習していきたいと思う。アメリカに来て、少したってから話していることがわかってきて会話することができ楽しかった。時差ボケはなかなか抜けなかったが、食事の面では、お米などを用意していただいたのですぐに慣れた。練習面では、フォームを改善しようとしても、うまく身に付けるのに時間がかかってしまい良くなかったが、たくさん指導していただいたことを早く身につけ、自分のものにしていきたい。アメリカでの合宿生活については、英語や集団行動など、練習以外でもたくさん勉強になったことが多かったと思う。これらを今後も部活などに生かしていきたい。



菊田泰子 (63kg 級：金沢学院大学 2 年)



【目標】その日の調子にあわせて少しずつあげていく。いきなりあげず、最終日に下の数値目標までいけるようにする。アメリカの人の練習の仕方も学んでみる。スナッチ、クリーン&ジャークの感覚をつかむ。S: 60kg、J: 85kg

しっかり寝る。アメリカの人と仲良くしたい。

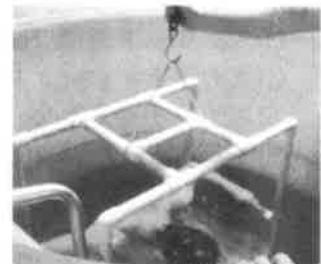
【自己評価】自分が今後やっていく上での考えややる事が明確になったと思います。アメリカの大学生だけでなく子どもがやっているトレーニン



グの基礎的なことも学べる場所が多かったです。DLのフォームが頭の中で感覚を固めることができました。スナッチ、ジャークともに途中の腰の痛みもあり、DLができずに少し低かったのですが、現状では満足のいく数字だと思います。これからも大きな目標や身近な目標を決めてやっていきたいです。普段学ぶことのできない経験をするのができ、有意義な時間でした。普段習うことのできない先生から教わったこと、アメリカの人たちや子どものトレーニングなども、今後活かしていきたいと思っています。

○おわりに

今回は大学生を対象としたこともあり、ピアース氏に”オーバートレーニングとトレーニングの期分け“について講義をお願いした。もちろん英語の授業であるが、ウエイトリフティングを行っている選手たちには馴染みの単語が随所に現れ、概ね選手は理解したようであった。普段の体調管理の大切さをスポーツ科学から学びとっていた。この他、現地関係者の協力を多々頂いた。大学より車で約15分に位置するホテルに宿泊し、食事は3食ともビュッフェスタイルであった。2日目にはアメリカンスタイルのビュッフェに飽きる選手もでたが、関係者の計らいで炊飯器を借用しご飯を炊くことができた。ご飯を主食に副食をビュッフェでそろえることができたので飽きることなくまた栄養バランスを各自考えて摂取することができた。また、地元観光協会のご厚意で、滞在中に開催された”Mardi Gras”にも地元選手たちと共に参加した。カトリック行事に由来するルイジアナ州最大のフェスティバルを体験し、文化的な側面も学ぶことになった。海外遠征が初めての学生も何人かおり時差(15時間)や食生活、環境の違いなどから体調を崩すことを心配したが、大禍なく無事に終了することができた。



上段: 講義風景、85kg 級 Kendrick Farris、体脂肪測定
 中段: 大学図書館、LSUS チームとの集合写真
 下段: Mardi Gras にて、ジャークフロックは便利、Dr. Kyle Pierce

韓国ナショナルチームが初めての日本キャンプをNTCで行う

松尾 謙資

3月1日から20日までの間、リー・ヒョンクン男子監督率いる男女韓国チーム21名が来日、NTCで日本キャンプを行った。宿舎は赤羽のホテル、後半はNTCのアスリートビレッジで日本選手と宿泊し、その環境のすばらしさに驚いていた。全日本チームは、ベラルーシ合宿をしているため、3月9日までは、警視庁と自衛隊で合同合宿に参加。9日の午後から日本ナショナルチームと合流した。

韓国チームの国家強化選手は男子8名、女子7名で、昨年の北京オリンピック金メダリストの男子77kg級のサ・ジェーヒョク、女子+75kg級のジャン・ミランを始め、オリンピック出場選手と若手選手が半数ずつで、練習に耐えうる選手を連れてきた感じだ。

全韓国選手権が6月23日～25日、世界選手権が11月に地元韓国の高陽市（コヤン市）であることから、協会・選手の力の入れ方が伝わってきます。

練習内容は、徹底した基礎のフォームを中心に、3回で7～9セットの“しつこい”メニューが中心であり、そんなに高重量は扱ってはなかったが、日本選手より重い重量をいとも簡単に、安定したフォームで挙上していた。

合同練習に参加して「百聞は一見にしかず」なるほど踵で床を押すフォームを身近で見て、指導者・選手ともに意味、納得が得たように思います。

<韓国コーチは以下の点を指摘していたので記したいと思います>

- ①韓国の指導者は、オーバークリップのスローでスナッチ・クリーンを反復することで理想の最短コースを習得できる。
- ②日本人はもっと、重要な筋肉をもっと鍛えなければならない。（臀部、脚、肩等）
- ③スクワット姿勢は膝を立てぎみに、膝に負荷が掛からないようにすること。
- ④スナッチ・ロークリーンのスクワット姿勢を深くし挙上の安定をはかること。
- ⑤スナッチや差しで、なるべく手首をねせない事。（手首、肘、肩の怪我防止）
- ⑥怪我をさせない、しないことが強化として一番重要。



3月	午前9:30~	午後3:00~
2日 (月)	1 push press 3×7 2 F squat 3×9 3 Free	1 膝で停止の H.Snatch 3×9 2 " H.C&Jerk 1/2×7 3 S.Pull 3×7 4 Free
3日 (火)	REST	1 Pauer,S,J,Squat 3×3×9 2 Pauer,C,J,Squat 3×3×9 3 C,Pull 3×7 4 H.Bsq 3×9
4日 (水)	1 踵を浮かさない H.Snatch 3×9 2 " H.C&Jerk 3×9 3 Free	1 (BOX) H.Snatch 3×9 2 " H.C&Jerk 3×9 3 .Rack. Jerk 3×6 4 F.squat 3×9
5日 (木)	REST	REST
6日 (金)	1 press 3×7 2 Hang,S,J,Squat 3×3×9 3 Hang,C,J,Squat 3×3×9	1 Snatch 2×9 2 C&Jerk 1/2×9 3 C.Dead Lift 3×7 4 F.squat 3×9
7日 (土)	1 H.Snatch 3×9 2 H.C&Jerk 1/2×9 3 S.Dead Lift 3×7 4 Free	REST
8日 (日)	REST	REST

3月	午前9:30~	午後3:00~
9日 (月)	1 press 5×5 2 F squat 3×9 3 踵を浮かさない H.Snatch 4×9	1 H.Snatch 3×9 2 H.C&Jerk 1/3×9 3 S.Dead Lift 3×9 4 Free
10日 (火)	REST	1 Snatch 85% 2×11 2 C&Jerk 85% 1/2×9 3 C.Dead Lift 3×7 4 .Bsq 3×9
11日 (水)	1 press 5×5 2 Hang,S,J,Squat 3×3×9 3 Hang, C ,J,Squat 3×3×9	1 膝で停止の H.Snatch 3×11 2 " H.C&Push press 2/2×7 3 S.Pull up 3×9 4 Free
12日 (木)	REST	REST
13日 (金)	1 Push press 3×5 2 press 3×9 3 Snatch	1 膝で停止の H.Snatch 2×5 2 SquatSnatch 2×6 3 C&Jerk 1/2×9 4 C,Pull up 3×7 5 Sit up
14日 (土)	1 B press 2 F squat 3×9 3 Pauer,S,J,Squat 3×3×9 4 Pauer, C ,J,Squat 3×3×9	REST
15日 (日)	REST	REST

3月	午前9:30~	午後3:00~
16日 (月)	1 F squat 2×9 2 踵を浮かさない H.Snatch 3×11 3 " H.C&Jerk1/2×9	1 Snatch 90% 1~2×11 2 .C&Jerk 90% 1~2×11 3 S.Dead Lift 3×9 4 Hyper ex、situp 5 Free
17日 (火)	REST	1 Hang,H, S 3×11 2 Hang,H C & ,J 1/2×9 3 C.Dead Lift 3×9 4 .Bsq 3×9
18日 (水)	REST	1 Snatch 90% 2 .C&Jerk 90% 3 Push press 3×5 4 F sq 2×9
19日 (木)	1 .Bsq 3×11 2 H, S 3×11 3 H C & ,J 1/2×9 4 S D L (LK StoP 3Sec) 3×9	REST

第29回全日本ジュニア選手権大会

平成21年3月7日(土)・8日(日) 茨城県石岡市 運動公園体育館



<ジュニアオリンピックカップ受与>

アテネオリンピック競泳200mバタフライ銅メダリスト中西 悠子 選手から
女子53kg級 具志堅 美沙希 選手 と 男子56kg級 系数 陽一 選手
にジュニアオリンピックカップが授与されました。



- ①優勝エピソード ②自己採点とその理由 ③ベスト記録 ④身長・普段の体重
⑤他の得意なスポーツ ⑥ウェイトリフティングをやって良かったこと

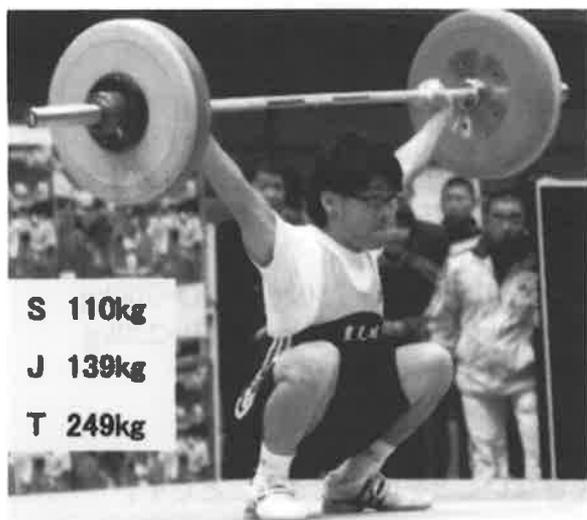
男子56kg級 系数 陽一 選手(豊見城高校)



S 102kg
J 134kg HR
T 236kg HR

- ①金城先輩と3名で優勝したかったので、毎日の練習がきつかった。優勝できて良かった
②70点
S2本目に失敗。フォームもバラバラだったのでもっと安定した試技をしたい。
③S=108kg C&J=137kg BSQ=190kg FSQ=155kg
HS=85kg HC=110kg DL(S)=140kg DL(J)=170kg
PJ=110kg MP=70kg PP=90kg
④157cm 58.5kg
⑤バドミントン
⑥練習した分だけ記録が伸びること。楽しい。

男子62kg級 金城 誠丸 選手(豊見城高校)



S 110kg
J 139kg
T 249kg

- ①腰痛で長い間、練習できず、ずっと筋トレばかりやっていたが復活してからは記録が短い周期で伸びている。今思えば練習できなかった期間やっていた筋トレが良かったのだと思う。
②60点
最低でも優勝するのが目標だったので60点。残りの40点はフォームが悪かった。
③S=110kg C&J=139kg BSQ=200kg FSQ=170kg
HS=93kg HC=120kg DL(S)=170kg DL(J)=205kg
PJ=120kg MP=70kg PP=95kg
④161cm 62.5kg
⑤ドッジボール、水泳
⑥他県や海外に行けた事。人として成長できた事。

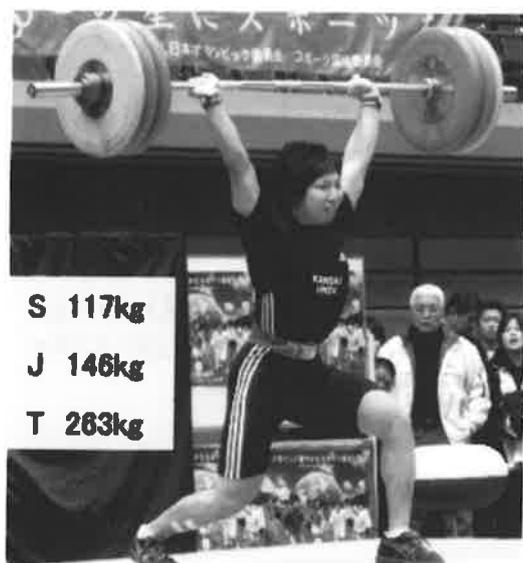
男子69kg級 金城 聖丸 選手(豊見城高校)



S 117kg
J 146kg
T 263kg

- ①世界ジュニアに出場したくて、今大会を最低でも優勝し、トータル270kg以上取ることが目標でしたが、全然調子が上がらず、スタートも取れない状態でした。大会当日はスタートもしっかり取れ、優勝することができ、とても嬉しく思います。
②10点
調子が上がらなく、スタート重量を低めにしたため、ライバル達と競ってしまい、高校新に挑めなかったから。
③S=122kg C&J=153kg BSQ=210kg FSQ=171kg
HS=105kg HC=120kg DL(S)=195kg DL(J)=210kg
PJ=140kg MP=87.5kg PP=110kg
④163cm 65kg
⑤柔道、バスケットボール、サッカー
⑥国際試合など普通では経験できなかったことです。

男子77kg級 白草 竜太 選手(関西大学)



①怪我をしまいしばらく調子が落ちていて、なかなか戻らなかった事です。

②50点

まだ本調子のスタート重量を触れていないからです。

③S=135kg C&J=162kg BSQ=200kg FSQ=185kg
HS=120kg HC=145kg DL(S)=185kg DL(J)=205kg
PJ=140kg MP=90kg PP=120kg

④168cm 74.5kg

⑤テニス

⑥色んな地域の人たちと知り合えた事です。

男子85kg級 平原 孝人 選手(早稲田大学)



①去年1月のクモ膜下出血からの復帰です。

②70点

Sの3本目の引きが小さくなっての失敗と、C&Jの大会新記録ができなかったので-30点ですが、トータル300kgを超えられたのは嬉しいです。

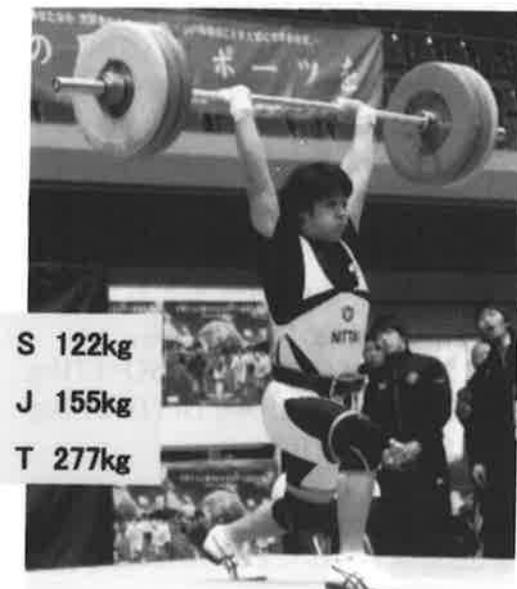
③S=136kg C&J=167kg BSQ=250kg FSQ=200kg
HS=110kg HC=140kg DL(S)=200kg DL(J)=220kg
PJ=130kg MP=90kg PP=120kg

④168cm 87kg

⑤柔道(授業レベル)

⑥他では経験できないことを沢山できたことです。

男子94kg級 加藤 温恭 選手(日本体育大学)



①1か月前にけんぴきを痛めてしまい、あまり練習ができなかった。また、前日には熱を出してしまい、精神的にもつらかった。

②100点

パーフェクトであり、前日に熱を出したとは思えないから。

③S=123kg C&J=159kg BSQ=200kg FSQ=176kg
HS=102kg HC=132.5kg DL(S)=170kg DL(J)=202.5kg
PJ=137.5kg MP=82.5kg PP=110kg

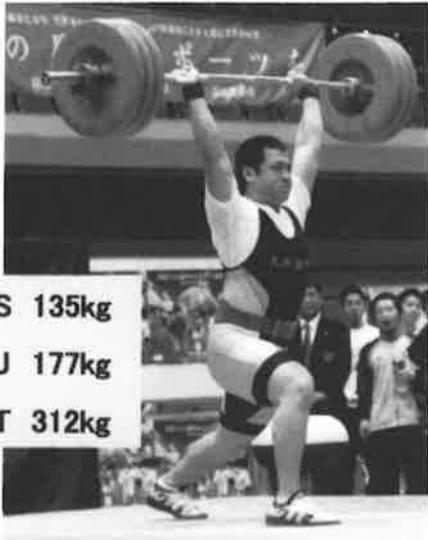
④176cm 88kg

⑤柔道、球技系

⑥自分に自信がつく。自分を信じることができる。

男子105kg級

白石 宏明選手(九州国際大学)

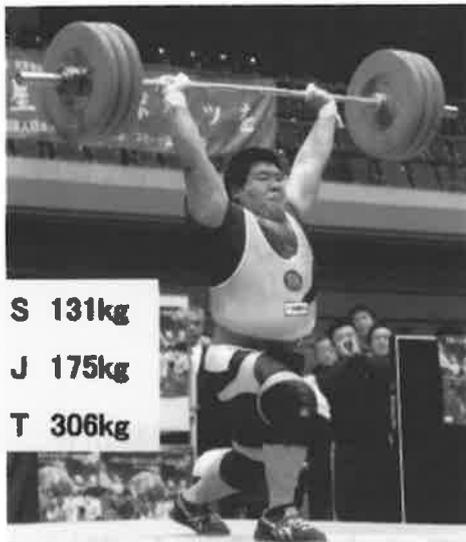


S 135kg
J 177kg
T 312kg

- ①指のケガで3か月練習できなかった。
- ②40点
3本成功だから。
- ③S=137kg C&J=185kg BSQ=241kg FSQ=220kg
HS=120kg HC=160kg DL(S)=210kg DL(J)=220kg
PJ=173kg MP=91kg PP=130kg
- ④178cm 93kg
- ⑤サッカー
- ⑥特になし

男子+105kg級

飯塚 崇亮選手(平成国際大学)



S 131kg
J 175kg
T 306kg

- ①ケガをしてしまいシャフトが触れるようになったのが試合の1か月前でした。怪我が治ってからは少しでも上を狙えるように毎日重い重量を触った。
- ②65点
今回の大会では優勝できたものの2位との差が1kgしかなく、まだまだ練習が足りないと思った。
- ③S=132kg C&J=175kg BSQ=240kg FSQ=200kg
HS=115kg HC=150kg DL(S)=220kg DL(J)=240kg
PJ=155kg MP=85kg PP=120kg
- ④177cm 145kg
- ⑤バスケットボール
- ⑥自分の成長が重量というかたちで実感でき、自己新記録をだした達成感を得た時。

女子48kg級

水落 穂南選手(埼玉栄高校)



S 71kg HS
J 84kg
T 155kg HS

- ①体重がなかなか増えなかったことと、足が弱く、Cの記録が伸びなかったことです。
- ②70点
Sが少し後ろに体重がかかってしまったことと、Cが重く背中が曲がってしまったことです。でも失敗がなくできたのでよかったです。
- ③S=71kg C&J=84kg BSQ=115kg FSQ=105kg
HS=64kg HC=79kg DL(S)=102kg DL(J)=112kg
PJ=79kg MP=45kg PP=66kg
- ④147cm 47kg
- ⑤中学生の時に器械体操をやっていたので体操と、バレーボール
- ⑥外国や全国各地にいけるようになったことです。

女子53kg級 具志堅 美沙希 選手(金沢学院大学)



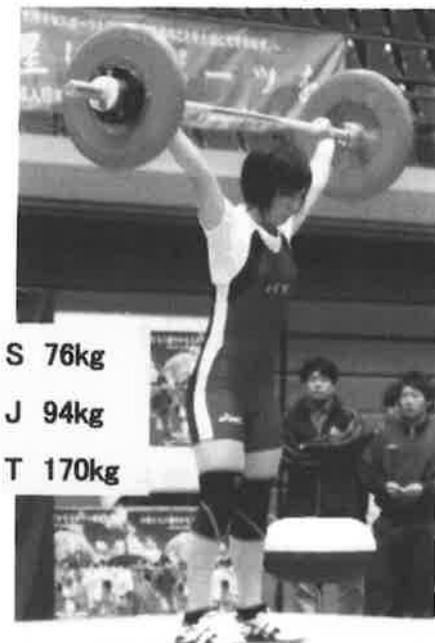
- ①韓国のコーチの指導や、先輩の指導を受け、C&Jの強化をしたのですが、なかなか思うようにいかに苦労しました。
- ②10点
Sの1本目で失敗をしてしまったことが一番悪かったのと。その後80kgではなく78~79kgにできなかったことも失敗です。C&Jも100kgが取れなかったことが悔しかったです。
- ③S=82kg C&J=98kg BSQ=140kg FSQ=110kg
HS=68kg HC=85kg DL(S)=100kg DL(J)=115kg
PJ=85kg MP=55kg PP=75kg
- ④148cm 56kg
- ⑤バドミントン
- ⑥心も体も成長することが出来ました。また、たくさんの人達にめぐりあえたので、本当に良かったと思います。

女子58kg級 稲谷 春菜 選手(平成国際大学)



- ①インカレ前からケガに悩まされ、思うように練習ができず、満足いく調整ができなかった。
- ②30点
Sの1本目のミス、C&Jはスタートを下げたにもかかわらず、3本とれなくて目標記録にとどかなかった為。内容5点、優勝にたいして25点。
- ③S=82kg C&J=98kg BSQ=137kg FSQ=110kg
HS=65kg HC=80kg DL(S)=105kg DL(J)=110kg
PJ=80kg MP=45kg PP=60kg
- ④157cm 57.8kg
- ⑤バレーボール
- ⑥多くの試合に出場し、他では味わえないような経験ができたこと。

女子63kg級 木下 ちひろ 選手(立命館大学)



- ①なし。
- ②70点
Sの3本目がとれなかったことと、したの階級の選手に記録が負けているから。
- ③S=78kg C&J=94kg BSQ=120kg FSQ=102kg
HS=63g HC=80kg DL(S)=100kg DL(J)=110kg
PJ=94kg MP=46kg PP=72kg
- ④162cm 59kg
- ⑤バレーボール
- ⑥精神面が強くなったこと。

女子69kg級 柿沼 沙苗 選手(埼玉栄高校)



S 80kg
J 97kg
T 177kg

①1か月ほど前から肩が痛く満足いくトレーニングができず悩んでいた。

②60点

本当はS80、C&J100kgしたかったのと、スタート重量を下げたので6本成功を目指していたから。

③S=82kg C&J=103kg BSQ=136kg FSQ=125kg

HS=66kg HC=92kg DL(S)=119kg DL(J)=129kg

PJ=97kg MP=51kg PP=80kg

④160cm 67kg

⑤バスケットボール

⑥日々の練習の積み重ねで伸びてきて、伸びると辛い練習をやってきてよかったと思う。達成感を感じることができる。

女子75kg級 仲村 里奈 選手(豊見城高校)



S 90kg HR
J 108kg
T 198kg HR

①大会の前までは調子があまり上がらず、練習でも自分の思い通りいかなかったりなどがあった。

②80点

S3本、C&J2本で成功率はよかったです、C&Jの最後のほうでおとしちゃってまだまだ最後の最後までとれなかったのがとてもよかったですから。

③S=90kg C&J=98kg BSQ=155kg FSQ=123kg

HS=72kg HC=90kg DL(S)=120kg DL(J)=140kg

PJ=95kg MP=56kg PP=82kg

④153cm 76kg

⑤バレーボールなど

⑥自分自身がとてもかわれて、精神的にも強くなれるところ。



105kg級 第2位 高橋 一平 選手 C&J176kg HR

平成20年度全国高等学校選抜大会を観戦して私が思うこと

愛知県ウエイトリフティング協会

白石文江

平成21年3月27日から3月29日までの3日間、金沢市総合体育館で第24回全国高等学校選抜大会が開催されました。この大会は、ウエイトリフティング競技の拠点事業として第22回大会から金沢市で行われている大会で、今年で3回目となります。

その大会に役員として参加させていただき、石川県の方々・役員の先生方にお世話になりました。

最優秀選手



飛田 JWA 会長（中央）、糸数選手（左）、八木選手（右）

私にとっては毎度のことではありますが、前日の開会式から『明日から試合なんだ。』とドキドキして緊張してしまいました。

オープニングセレモニーで、日本の歴史ある伝統芸能（今年は大太鼓）が行われましたが、さすが加賀百万石の城下町！！と毎回趣向の違うものを見せてもらい、日本の文化は良いものだなと感動し、なんだか緊張がほぐれていくようでした。

初日にアジアユースでの優勝者2名の選手が出場すると聞きましたので、楽しみでした。最初の階級、女子48kg級の試合が始まり、兵庫県の八木かなえ選手（須磨友が丘高校）が自己の持つC&ジャークの高校記録を上回る89kgを上げ、C&ジャーク、トータルで高校新記録を樹立し優勝しました。

また、初日の最終階級、男子 62 kg 級では、アジアユース大会 56 kg 級で優勝した沖縄県の糸数陽一選手（豊見城高校）が、今大会 1 階級上げて出場し、スナッチで 110 kg の大会新記録を上げ優勝、とても見る価値のある試技を見せてもらいました。

女子 48Kg 級 C&ジャーク 89kg 高校新記録



八木かなえ選手（兵庫県・須磨友が丘高校）

男子 62Kg 級スナッチ 110kg 大会新記録



糸数陽一選手（沖縄県・豊見城高校）

後輩には負けないという上級生、先輩を追い越そうという下級生、同級生同士の争い、自己との戦い 人それぞれの気持ちや意地があり駆け引きがあり、争いに負けて悔し涙を浮かべた人、記録に挑戦する人、1 つでも順位を上げようとする人、色々な人を見て、『負けない』『やるぞ!』という気持ちに私は感動しました。

本当にこの試合に携われたことに感謝です。貴重な良い経験をさせてもらいました。

また、本大会は、『高校 3 年間の内多くても 2 回しか出ることの出来ない試合』で、出場資格が 1、2 年生だけいうことは、3 年生がいなくなって初めての試合になり、年度末の最後の試合のはずが、考え方を替えると最初の試合になるわけです。

選抜・インターハイ・国体と全国三冠を賭ける試合なんだ・・・と、『やっぱり選抜と名前がつくのだから選ばれた人が出る試合』だなど、私はこの大会をそう思いながら観戦していました。

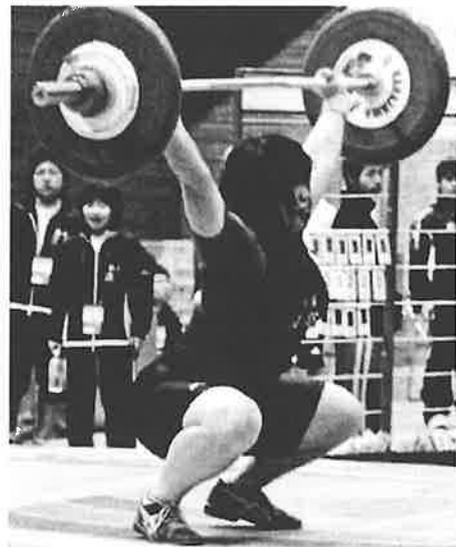
選ばれた人という言葉は悪いかもしれませんが、高校生活は 3 年間しかない。試合に参加することが出来た人は誇りを持って突き進み、参加出来なかった人には悔しさをバネにして練習を頑張るって他の全国大会で良い記録を狙って欲しいと思います。

女子 58kg 級 C&ジャーク 95kg 大会新記録



安藤美希子選手（埼玉県・埼玉栄高校）

女子+75kg 級スナッチ 83kg 大会新記録



藤田真奈美選手（兵庫県・淡路高校）

また、全国大会ともなればバーベルを挙げるだけではなく精神的な面も関係してくると思います。開会式で緊張してしまう私は、すごく弱っちい奴なので、今では、きっとその精神的なものにまいってしまいます。

しかし、この大会に出場している選手たちを見てみると、競い合いに計り知れない魅力を感じ、ウエイトリフティングに関わる事が出来たことに嬉さを覚え、これからも色々な試合を見たいと実感しました。

ウエイトリフティングは、ある意味有名ですが、まだマイナーな競技で、色々な人にルールを知って試合を見てもらい、こんなにも激しい駆け引きがあるということ、ウエイトの面白さや魅力を感じてもらいたいと思える大会でした。女子が少ないイメージがあるけれど私の高校時代に比べると人数も多くなってきてすごく嬉しく思います。女子にもどんどん頑張ってもらいたいです。

もしかすると、この大会出場者の中からロンドンオリンピックの代表選手補者が出るかもしれない。競技者全員を応援するのは難しいかもしれないですが、この大会に参加した選手達を見ると闘争心を燃やし、若い力でもっとウエイトを盛り立てて行って欲しいと思いました。

その全国大会の1つに関わる事が出来て嬉しかったです。

本当にありがとうございました。

平成21年度事業計画

各支部協会をはじめ関係諸団体との連携と協力のもとにウエイトリフティング競技の一層の普及と発展のため各種事業の推進を図る。

次期ロンドンオリンピック競技大会でのメダル獲得及び上位入賞を目標に、強化選手を指定し長期計画を策定し強化を進めるとともに、恒久的オリンピック選手育成のため、ナショナルトレーニングシステムの充実、国立スポーツ科学センターとの連携、ナショナルトレーニングセンターを活用し効果的な強化事業の展開と次の諸事業を推進する。

1 全国大会の開催

トップレベルの選手育成及び生涯スポーツ振興のため、以下の全国大会を開催する。

大会名	期日	会場地	会場
第6回全日本学生選抜大会	4/18～4/19	埼玉県 さいたま市	さいたま市 記念総合体育館
第55回全日本学生個人選手権大会	5/15～5/17	大阪府 羽曳野市	羽曳野市 総合スポーツセンター
第69回全日本選手権大会 第23回全日本女子選手権大会	7/3～7/5	埼玉県 さいたま市	さいたま市 記念総合体育館
第12回全国高等学校女子選手権大会	7/18～7/20	青森県 平川市	青森県立柏木農業高校 体育館
第27回全日本マスターズ選手権大会	7/24～7/26	神奈川県 藤沢市	神奈川県立 体育センター体育館
第23回全国中学生大会	8/1	大阪府 羽曳野市	羽曳野市 総合スポーツセンター
第56回全国高等学校選手権大会	8/8～8/12	奈良県	奈良県立橿原公苑 第1体育館
第64回国民体育大会	9/27～9/29	新潟県 三条市	県央地域地場産業振興 センター
第54回全日本学生新人選手権大会	10/10～10/11	神奈川県 横浜市	横浜市 磯子スポーツセンター
第55回全日本大学対抗選手権大会 II部	10/31～11/1	大阪府 羽曳野市	羽曳野市 総合スポーツセンター
第46回全日本社会人選手権大会・レディース カップ第1回全日本女子選抜選手権大会	11/21～11/23	千葉県 八千代市	千葉県立八千代高校 体育館
第55回全日本大学対抗選手権大会 I部	12/26～12/27	神奈川県 横浜市	横浜市 磯子スポーツセンター
JOCジュニアオリンピックカップ 第30回全日本ジュニア選手権大会	3/6～3/7	東京都 大田区	大森スポーツセンター 体育室
第25回全国高等学校選抜大会	3/26～3/28	石川県 金沢市	金沢市 記念総合体育館

2 選手強化事業の推進

(1) ロンドンオリンピック競技大会対策

2009年・2010年・2011年の世界選手権大会の総合成績によりロンドンオリンピック大会の参加枠が決定される。男女共4名枠を目標に万全を期す。具体的には、世界記録に対する比率を設定し段階的に漸増し、各年度の数値目標を設定しメダル獲得を果たしたい。

世界選手権大会には得点可能な選手の編成で臨む。個人データの蓄積と活用を図りかつ年間スケジュールを現場のコーチと確認しながら推進する。

(2) 恒久的オリンピック選手育成対策

若年化が世界の趨勢である。中学生対策とともにタレントの発掘から一貫指導システムの再構築を行い全国により浸透させ継続的に推進する。

年齢別の目標値を設定する中で、世界を意識した選手育成を図る。

(3) 強化合宿事業の充実

平成20年1月にオープンしたナショナルトレーニングセンターを効果的に活用するとともに国立スポーツ科学センターのトータルサポートシステム等による医学・科学・情報の支援を受けることで効果的げ充実した強化合宿を展開する。

(4) 強化合宿事業の実施

① 国内強化合宿

	合宿名	コ-チ数	選人数	期 間	場 所	区分
1回	ワールドカップ代表合宿(女)	1名、	3名	4/25～5/1	NTC	JOC
2回	アジア選手権代表合宿(女)	2名、	5名	4/25～5/6	NTC	JOC
3回	ワールドカップ代表合宿(男)	2名、	3名	4/25～5/1	NTC	JOC
4回	アジア選手権代表合宿(男)	2名、	5名	4/25～5/6	NTC	JOC
5回	世界ユース代表合宿(男女)	3名、	10名	5/11～5/17	NTC	JOC
6回	世界ジュニア代表合宿(男女)	7名、	15名	6/4～6/11	NTC	JOC
7回	日韓中大会代表合宿(男女)	6名、	15名	6/24～6/27	NTC	JOC
8回	ジュニア強化合宿(男)	3名、	10名	7/7～7/13	NTC	JOC
9回	アジアユース代表合宿(男女)	3名、	5名	7/27～7/30	NTC	JOC
10回	アジアジュニア代表合宿(男女)	3名、	6名	7/31～8/3	NTC	JOC
11回	世界・東アジア候補合宿(男)	4名、	12名	7/31～8/15	NTC	JOC
12回	世界・東アジア候補合宿(女)	4名、	10名	8/1～8/12	津南町	基金
13回	ジュニア強化合宿(男)	3名、	10名	8/15～8/21	NTC	JOC
14回	世界・東アジア候補合宿(女)	4名、	10名	8/23～9/5	NTC	基金
15回	世界・東アジア候補合宿(男)	4名、	10名	8/25～9/5	津南町	JOC
16回	世界・東アジア候補合宿(女)	4名、	9名	10/17～11/14	NTC	JOC
17回	世界・東アジア候補合宿(男)	4名、	10名	10/17～11/14	NTC	JOC
18回	ジュニア強化合宿(男)	3名、	10名	1/6～1/17	NTC	JOC
19回	世界選手権候補合宿(女)	4名、	10名	1/6～1/19	那覇市	基金
20回	世界選手権候補合宿(女)	4名、	12名	2/8～2/21	NTC	JOC
21回	世界選手権候補合宿(男)	4名、	12名	2/14～2/28	沖縄県	JOC
22回	世界選手権候補合宿(男)	4名、	12名	3/8～3/28	NTC	JOC
23回	世界選手権候補合宿(女)	4名、	10名	3/14～3/25	金沢市	JOC

(5) 国際競技会交流

① チーム派遣事業

	大会名	コ-チ数	選人数	期 間	場 所	区分
	ワールドカップ(男女)	3名、	6名	5/1～5/8	ニューカドニア	JOC
	アジア選手権大会(男女)	4名、	10名	5/6～5/17	カザフスタン	JOC
	世界ユース選手権大会(男女)	3名、	10名	5/17～5/25	タイ	JOC
	世界ジュニア選手権大会(男女)	6名、	15名	6/11～6/23	ル-マニア	基金
	日韓中大会(男女)	9名、	15名	6/27～7/2	韓国	JOC
	アジアユース選手権大会(男女)	3名、	5名	7/30～8/6	インド	JOC
	アジアジュニア選手権大会(男女)	3名、	6名	8/3～8/11	インド	JOC
	日韓中Jr交流競技会(男女)	3名、	15名	8/23～8/29	韓国	日韓協
	世界選手権大会(男)	4名、	8名	11/14～11/28	韓国	JOC
	世界選手権大会(女)	4名、	7名	11/14～11/28	韓国	基金

(6) コーチの資質向上事業の実施

- ① 強化スタッフの指導力の向上と指導体制の充実を図る。
- ② スポーツ指導者競技別講師全国研修会を開催する。 2/20～ 2/21 J I S S
- ③ 公認スポーツ指導者制度に基づき指導員養成専門教科講習会を実施する。 9/19～ 9/22 J I S S
1/ 9～ 1/12 大阪市
- ④ 全国指導者研修会を開催する。 2/ 6～ 2/ 7 J I S S
- ⑤ 競技者育成プログラム研修会を開催する。 12/ 5～12/ 6 J I S S
- ⑥ 優秀指導者の顕彰を行う。

3 競技者育成事業

ナショナルトレーニングシステムの評価・検証を行い、その充実を目指すとともに、競技者育成の理念に基づく指導により、本競技全体の競技力向上を図る。

(1) プロジェクト班によるナショナルトレーニングシステムの完成に向けての各種事業の継続運営を実施。

- ・ ナショナルトレーニングシステムの内容の評価・検討
- ・ ナショナルトレーニングシステム実践のための全国的な組織づくり
- ・ タレント発掘のためのシステムの構築
- ・ ナショナルトレーニングシステムのプログラム作成

(2) 各都道府県及び関係団体への周知徹底

(3) 将来性ある競技者の発掘及び育成事業の実施

- ・ 中学生 : 7/23～ 7/25 東京1ヵ所にて研修合宿の実施
指導者8名、競技者30名
- ・ 大学エリート : 9/ 3～ 9/ 7 東京1ヵ所にて研修合宿の実施
指導者4名、競技者30名
- ・ ジュニアユース : 12/23～12/26 全国を6ブロックに分けての研修合宿の実施
指導者12名、競技者60名
- ・ ジュニアエリート : 12/22～12/27 東京1ヵ所にて研修合宿の実施
指導者8名、競技者34名

4 協会ホームページの充実整備

ホームページの充実を図り、協会登録役員・選手ばかりでなく一般のインターネットユーザーにも情報発信するとともに、情報を公開することで公益法人としての責務を果たす。

5 医科学関係事業

国立スポーツ科学センターのサポートサービスの活用による全日本選手権大会及び世界選手権大会でのビデオ撮影によるスキル分析を実施する。

N T Cでの測定機器を活用し個人差の研究を行う。これらのデータをフィードバックし、競技力向上の一助にする。

国立スポーツ科学センターのトータルサポートシステム（健康管理、体力測定、心理調査）を活用し強化指定選手にフィードバックし医科学サポートを実施する。

ミズノ国際スポーツ交流財団の助成事業として、疲労骨折の研究を行い、予防プログラムを作成し競技力向上の一助にする。

6 アンチドーピング活動

徹底的なアンチドーピングの啓蒙と、スポーツ振興くじ助成事業による競技会内外でのドーピング検査を実施する。

7 普及活動

会報の定期的刊行により、競技大会の成績・記録、大会案内、協会事業の紹介、特集等の広報に努める。

8 国際スポーツ交流

I W F及びA W Fの会議に代表者を派遣し、I W F・A W Fとの連携を図り、加盟団体としての責任の履行と国際諸情報の収集に努める。

- 9 審判員の養成と審判講習会の開催
審判員の資質向上を図るため、次の地域にて国内1級審判有資格者及び国内1級申請希望者を対象に講習会を開催する。
東北、関東、北信越、東海、近畿、中国、四国、九州の各ブロック及び北海道・沖縄
- 10 各委員会の活動推進
定款の定めによる専門委員会の活性化を図り、協会発展のため活発な活動を展開する。
- 11 環境問題対策
I O C・J O Cの環境問題への取り組みと連携して環境に関わる啓発及び実践活動を行う。
- 12 顕彰
表彰規程に基づく、功労者・優秀選手・優秀指導者を顕彰する。
- 13 法人制度改革に基づく新法人への移行
検討委員会を設置し、各種検討を行う。
- 14 財政の確立
加盟団体及び関係機関への働きかけにより財政確保に努める。
① 定款に基づく賛助会員の充実発展
② 免税寄付金募集の全国展開
③ 各種競技会開催に伴う広告協賛等の支援
④ J O C委託金・交付金、日本スポーツ振興センターからの支援
⑤ 各種助成事業に対する応募
⑥ J O Cオフィシャルパートナーシッププログラム競技団体タイアップマーケティングの賛同企業への依頼

10月	11月	12月	1月	2月	3月
1 木	1 日 (羽曳野市)	1 火	1 金	1 月	1 月
2 金 (UZB)	2 月	2 水	2 土	2 火	2 火
3 土	3 火	3 木	3 日	3 水	3 水
4 日	4 水	4 金	4 月	4 木	4 木
5 月	5 木	5 土 競技者育成プロ	5 火	5 金	5 金
6 火	6 金	6 日 グラム研修会	6 水	6 土 全国指導者研修会	6 土 全日本ジュニア
7 水	7 土	7 月 (東京)	7 木	7 日 (東京)	7 日 選手権大会
8 木	8 日	8 火 東アジア	8 金	8 月	8 月 東京・(大田区)
9 金	9 月	9 水 競技大会	9 土 公認スポーツ	9 火	9 火
10 土	10 火	10 木 (HKG)	10 日 指導者指導員	10 水	10 水
11 日 全日本大学	11 水	11 金 香港	11 月 養成講習会	11 木	11 木
12 月 新人選手権	12 木	12 土	12 火 (大阪)	12 金	12 金
13 火 世界	13 金	13 日	13 水	13 土	13 土
14 水 マスタ	14 土	14 月	14 木	14 日	14 日
15 木 -ズ	15 日	15 火	15 金	15 月	15 月
16 金 ゲーム	16 月	16 水	16 土	16 火	16 火
17 土 (AUS)	17 火	17 木	17 日	17 水	17 水
18 日	18 水 世界	18 金	18 月	18 木	18 木
19 月	19 木 選	19 土	19 火	19 金	19 金
20 火	20 金 手	20 日	20 水	20 土 指導者講師競技別	20 土
21 水	21 土 全日本	21 月	21 木	21 日 全国研修会	21 日
22 木	22 日 社会人	22 火	22 金	22 月 (東京)	22 月
23 金	23 月 大会	23 水	23 土	23 火	23 火
24 土	24 火 千葉	24 木	24 日	24 水	24 水
25 日	25 水 (八千代)	25 金	25 月	25 木	25 木
26 月	26 木 KOR	26 土 全日本大学対抗	26 火	26 金	26 金 全国高校
27 火	27 金	27 日 選手権 I 部	27 水	27 土	27 土 選抜大会
28 水	28 土	28 月 (横浜市)	28 木	28 日	28 日 石川・(金沢市)
29 木	29 日	29 火	29 金		29 月
30 金 全日本大学対抗	30 月	30 水	30 土		30 火
31 土 選手権 II 部		31 木	31 日		31 水
		22~27ジュニアエリート 研修合宿(東京)			
		23~26 ジュニアユース 研修合宿(全国6ヵ所) (競技者育成プログラム)			

記 録 一 覧

第 1 回世界大学選手権大会	7 4
第 5 6 回関西学生選手権大会	7 6
第 2 1 回アジアジュニア選手権大会	7 8
第 1 3 回アジアジュニア女子選手権大会	7 9
第 1 0 回アジアユース選手権大会	8 0
第 2 4 回関東高等学校選抜大会	8 2
第 2 2 回北信越高等学校選抜大会	8 2
第 1 4 回東海高等学校選抜大会	8 3
第 1 3 回近畿高等学校選抜大会	8 3
第 1 1 回中国高等学校選抜大会	8 4
第 9 回四国高等学校選抜大会	8 4
第 1 7 回全九州高等学校選抜大会	8 4
第 2 9 回全日本ジュニア選手権大会	8 6
第 2 4 回全国高等学校選抜大会	8 7

第1回世界大学選手権大会

●平成20年11月25日 [男子56Kg級～69Kg級・女子48Kg級]・26日 [男子77Kg級級・女子53Kg級級～63Kg級級]
 ●キリシヤ コモ子イニ

●27日 [男子84Kg級～94Kg級・女子69Kg級～75Kg級]・12日 [男子105Kg級級～105Kg級級・女子75Kg級級]
【男子】

56Kg級

順位	氏名	生年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト				
				1	2	3	1	2	3	S	C&J	順	トータル	
1	WU Jinghao	CHN	89	55.79	123	123	143	150	123	150	1	150	1	273
2	MANEETONG Pongsak	THA	86	55.92	110	115	120	140	145	151	2	145	2	260
3	大濱 健一	JPN	87	55.81	102	105	107	120	125	128	3	128	3	235
4	HANDURDIEV Omargali	TKM	88	56.00	95	103	103	120	125	127	4	127	4	222
5	PINDEL Bartosz	POL	84	55.73	94	98	102	115	121	126	5	121	5	219
6	BEKTAS Abdurrahman	TUR	86	55.74	85	90	90	100	110	115	6	115	6	200

62Kg級

1	DING Jianjun	CHN	89	61.82	135	140	170	173	140	170	1	170	1	310
2	HASANOV Sardar	AZE	85	61.93	120	120	142	146	152	125	2	152	2	277
3	SIRGHI Oleg	MDA	85	61.20	106	111	115	140	145	150	3	145	3	260
4	ADAMS Aaron B.	USA	88	61.63	106	110	139	143	151	4	143	4	249	
5	SAHETMIRADOV Meretguly	TKM	88	61.65	111	115	116	131	136	141	5	136	5	247
6	KATSULJUDIS Panayotis	GRE	87	61.55	105	111	112	131	136	138	6	136	6	241
7	HUTCHINSON Sean	USA	87	61.61	103	106	106	132	136	136	7	132	7	238
8	BELAN Michal	SVK	85	61.68	100	105	107	125	133	140	8	133	8	238
9	KRAJEWSKI Jaroslaw	POL	89	61.74	100	105	105	120	125	131	9	125	9	225

69Kg級

1	XIAO Minghua	CHN	88	68.85	140	142	150	182	186	150	1	182	1	332
2	MIRZOYAN Arakel	ARM	89	68.75	133	138	141	165	170	171	2	171	2	312
3	AGILLI Ekrem	TUR	87	68.85	135	140	141	162	163	171	3	171	3	312
4	SUPHALAK Sitthitsek	THA	84	68.84	135	135	141	163	166	171	4	171	4	298
5	ZEJLIK Jiri	SVK	85	68.14	133	135	140	145	150	155	5	155	5	290
6	KUCZYNSKI Damian	POL	86	68.79	122	128	131	150	157	162	6	162	6	290
7	BROWER Henry	USA	82	68.73	126	130	130	159	159	169	7	169	7	289
8	BIRCA Andrei	MDA	88	68.75	125	130	130	153	153	160	8	160	8	278
9	武市 樹	JPN	87	68.41	120	125	125	145	150	155	9	155	9	275
10	MEREDOV Aman	TKM	90	68.93	121	121	140	146	151	160	10	160	10	267
11	TASGI Gokhan	TUR	84	68.68	115	115	120	135	141	145	11	141	11	256
12	DU PLOOY Lyle William Henry	RSA	88	68.94	110	115	115	137	141	145	12	141	12	256
13	GARCIA SERRANO Fernando Tomas	ESP	86	68.88	115	120	120	135	140	142	13	140	13	255
14	BYRD Cathal	IRL	86	68.67	103	103	107	135	140	143	14	140	14	247
15	LEREDELLE Amaud	FRA	86	68.60	108	112	112	132	135	135	15	132	15	244
16	ASHYROV Ashyr	TKM	90	68.64	107	107	112	125	131	136	16	131	16	238
17	DOUGAN Neil	IRL	85	68.75	97	99	95	115	120	122	17	122	17	217

77Kg級

1	ZHONG Guoshun	CHN	87	76.21	160	165	170	190	195	170	1	195	1	365
2	SU Dajin	CHN	86	76.92	156	163	166	195	203	203	2	203	2	358
3	DAVIDENCO Dmitrii	MDA	89	76.50	130	135	137	160	165	170	3	165	3	300
4	JUMAYEV Jasurbek	TKM	84	76.88	125	131	136	146	151	161	4	151	4	287
5	CSANK Gergely	HUN	86	76.67	117	122	124	145	150	153	5	150	5	272
6	JOHANSSON Jere	FIN	87	76.36	116	116	121	144	149	153	6	149	6	270
7	DESORMEAUX Karl	CAN	87	76.58	110	114	118	145	150	152	7	152	7	270
8	ATZARIS Charalambos	GRE	87	76.56	115	120	120	136	141	145	8	141	8	267
9	MAMEDOV Charygeldy	TKM	87	74.05	115	115	115	140	140	148	9	148	9	263
10	CHATZIOANNOU Georgios	GRE	89	76.14	115	120	120	140	145	147	10	145	10	260
11	GORODETZKI Vladimir	ISR	82	74.26	105	110	115	135	141	141	11	135	11	250
12	SARKANY Zoltan	HUN	86	76.75	107	112	115	130	135	140	12	135	12	247
13	MURPHY Andrew	IRL	85	75.51	95	99	103	116	121	123	13	121	13	220

85Kg級

順位	氏名	生年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト				
				1	2	3	1	2	3	S	C&J	順	トータル	
1	KRYCH Zachary	USA	83	84.75	143	147	147	186	186	186	1	186	1	333
2	SEVGILI Mehmet	TUR	85	84.27	146	148	152	180	180	180	2	180	2	332
3	ZIELINSKI Adrian	POL	89	84.25	145	150	155	175	180	183	3	180	3	330
4	REJEPOV Mansur	TKM	82	84.65	147	152	155	175	180	180	4	175	4	330
5	MAISEICHUK Kiryl	BLR	85	84.99	140	140	148	171	174	176	5	174	5	324
6	SVRCEK Pavel	SVK	82	84.69	141	146	146	165	170	173	6	173	6	314
7	COOPER Travis	USA	88	85.00	127	132	132	175	175	180	7	175	7	307
8	GOYTELKI-DEMERS Laurent	CAN	90	82.14	123	125	125	155	163	168	8	163	8	293
9	PEPLOWSKI Grzegorz	POL	89	82.65	120	125	131	150	150	156	9	156	9	281
10	VAN THIENEN Tom	BEL	88	84.07	116	116	120	137	141	141	10	141	10	257
11	FLANAGAN Eamonn	IRL	82	84.55	102	106	106	135	139	139	11	135	11	241
12	CALLAGHAN Nathaniel	IRL	83	84.39	99	104	106	115	119	119	12	119	12	225
13	SATALENGO Alexandru	MDA	89	84.25	135	135	135	170	180	181	13	181	13	212

94Kg級

1	HUANG Zhong	CHN	85	89.18	163	166	166	200	200	200	1	200	1	366
2	FATULLAYEV Rovshan	AZE	87	93.85	157	161	165	196	196	201	2	201	2	362
3	WATTANAKASIKAM Suthiphon	THA	85	92.76	160	165	165	190	196	201	3	201	3	361
4	ANUSKEVICIUS Donatas	LTU	80	91.34	155	155	160	190	195	201	4	201	4	356
5	HUISEI Wei-Chun	TPE	83	93.92	150	155	160	190	198	198	5	198	5	353
6	ZHUANG Yingqing	CHN	86	92.30	153	153	159	195	201	202	6	202	6	348
7	FARAS Pawel	POL	87	93.64	142	147	152	170	177	183	7	183	7	335
8	BELLOI Antonio Pasquale	TUR	84	93.04	138	141	147	170	176	180	8	180	8	321
9	DEMLIDIS Eleftherios	ITA	81	89.05	129	134	137	174	179	183	9	183	9	316
10	GRANER Zoltan	GRE	86	85.25	130	135	140	165	170	170	10	170	10	305
11	BARANSKI Przemyslaw	HUN	85	89.37	135	135	140	165	170	170	11	170	11	305
12	GONGALVES Raoul	POL	87	86.25	123	128	128	158	164	168	12	164	12	292
13	BAGNI Yuri	FRA	88	86.59	120	125	125	150	155	160	13	155	13	288
14	KOUSIS Anastasios	ISR	88	89.88	130	135	136	150	156	160	14	160	14	280
15	MURGIMAE Lydon	GRE	86	85.55	115	120	123	145	150	155	15	155	15	278
16	PASKA Vojtech	EST	87	93.75	112	112	117	140	145	148	16	145	16	262
17	SUNAR Erdal	CZE	88	91.82	105	110	115	140	145	148	17	145	17	260
18	YARDANJAN Norik	TUR	82	89.44	157	161	162	188	188	190	18	190	18	344
19	HORDIYCHUK Mykola	UKR	83	103.13	165	172	175	199	205	208	19	208	19	383
20	PENG Feng	CHN	87	96.58	163	168	168	205	205	208	20	208	20	371
21	CZEKIEL Kornel	POL	87	99.78	155	160	165	190	193	193	21	193	21	358
22	SIMKUS Modestas	LTU	85	101.05	157	165	166	181	191	191	22	191	22	356
23	GKARIPIS Konstantinos	GRE	81	98.20	150	155	155	186	192	194	23	194	23	349

+105Kg級

順位	氏名	国名	年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト		トータル				
					1	2	3	1	2	3	S	C&J					
1	SOTSKOV Kostiantyn	UKR	87	141.40	173	178	180	212	218	222	x	180	1	218	1	398	
2	NAGY Peter	HUN	86	144.81	165	173	180	200	207	215	x	180	2	215	2	395	
3	KOCAR Ali Yassar	TUR	85	131.99	164	170	175	205	217	x	170	3	205	5	375		
4	CHEN Shih-Chieh	TPE	89	130.63	155	155	159	200	208	212	x	159	5	212	3	371	
5	ZELJANKOV Aliaksei	BLR	92	107.15	158	165	170	190	197	202	165	4	202	6	367		
6	KELLY Damon	AUS	83	151.03	150	158	x	192	202	209	150	8	209	4	359		
7	JUDGE Patrick	USA	86	149.99	155	160	x	200	207	x	155	6	200	7	355		
8	EVERI Antti	FIN	81	130.75	150	x	150	160	x	175	182	187	150	7	187	8	337
9	PIRREV Roland	AZE	89	106.80	140	145	x	172	180	x	140	9	172	9	312		
10	DANI G-bor	HUN	85	121.50	135	140	x	140	165	172	177	x	140	10	172	10	312
11	KOZOMPOLIS Lykourgos	GRE	85	153.57	125	130	x	131	150	155	x	131	11	150	11	281	

【女子】

48Kg級

1	LAOSIRIKUL Pensiri	THA	84	47.80	78	80	x	100	x	100	103	80	1	103	1	183	
2	BUNPHITHAK Pram Siri	THA	84	47.53	75	78	80	x	95	100	102	78	2	102	2	180	
3	KARAGOZ Nurdan	TUR	87	46.76	69	71	73	88	91	93	93	71	4	93	3	164	
4	HU Yu-Ju	TPE	85	47.76	68	71	73	88	91	93	x	73	3	91	4	164	
5	VAUGHN Jodi	USA	80	47.88	62	65	67	x	75	78	80	x	65	5	78	5	143
6	RICCI Mariateresa	ITA	81	47.25	58	61	x	73	x	73	76	56	6	76	6	134	
7	KARCZEWSKA Paulina	POL	85	47.99	56	56	x	62	x	65	70	80	x	65	7	126	
8	POLYHRONIADI Christina	GRE	89	47.15	47	51	53	63	66	69	69	53	8	69	8	122	
9	ADAM Monika	HUN	85	47.85	47	51	x	51	63	66	69	51	9	69	9	120	

53Kg級

1	LIN Yen-Chiao	TPE	88	52.73	75	79	82	90	94	101	x	82	1	94	2	176	
2	ROWNSKA Malwina	POL	86	52.29	72	76	x	76	x	98	101	72	3	101	1	173	
3	KAYA Ozlem	TUR	84	52.93	71	75	x	76	91	94	x	76	2	94	3	170	
4	FILANDRIANOU Christina	GRE	82	52.76	60	64	66	87	91	x	91	66	6	91	4	157	
5	DENSMORE Rosemary	CAN	84	52.76	67	x	67	70	82	x	82	85	x	70	4	152	
6	De COSTER Sarah	BEL	86	52.62	59	63	65	78	82	85	x	65	7	82	5	147	
7	PETITPAS Camille	FRA	88	52.07	63	66	68	x	75	77	79	x	66	5	77	7	143
8	KAZLOUSKAYA Irina	BLR	82	51.94	50	54	x	65	70	73	x	50	9	70	8	120	
9	ARCHONITIDOU Eirini	GRE	87	50.10	45	48	51	54	58	61	x	51	8	58	9	109	

58Kg級

1	HO Hsiao-Chun	TPE	87	57.85	85	x	85	93	105	116	x	93	1	120	1	213		
2	PRETORIUS Mona	RSA	88	57.52	73	78	80	93	98	99	99	80	3	99	2	179		
3	KATZENMEIER Hilary	USA	88	56.37	75	78	80	95	95	98	80	2	98	3	178			
4	DAVIS Sarah	USA	83	57.70	73	76	79	x	93	93	x	76	4	93	4	169		
5	DESCHENES Jacinthe	CAN	87	58.00	70	73	x	73	88	92	96	x	73	5	165			
6	TELUJWEN Ingrid	NED	81	53.94	41	41	46	51	51	56	46	7	56	6	102			
	PUPUTTI Jenni	FIN	86	57.49	72	75	x	75	x	84	x	86	x	86	x	72	6	---

63Kg級

1	GUO Xiyao	CHN	87	62.55	90	95	100	115	120	125	100	1	125	1	225		
2	OHMAN Mariona	ISR	83	62.82	85	88	x	88	x	100	x	85	2	100	4	185	
3	McCOY Vanessa	USA	85	62.12	77	80	82	96	100	100	x	82	3	100	3	182	
4	VUKAS Silvana	SRB	85	62.15	80	82	x	83	x	100	102	104	x	80	4	182	
5	GRADZKA Malwina	POL	86	61.14	74	77	79	91	95	97	x	79	5	95	6	174	
6	OLSZEWSKA Monika	POL	85	60.82	68	71	73	92	99	101	x	73	8	99	5	172	
7	KRANZ Megan	USA	86	60.71	75	78	81	x	94	97	x	78	6	94	7	172	
8	PSARRAKI Maria	GRE	88	62.35	69	72	x	74	82	87	91	x	74	7	87	8	161

69Kg級

順位	氏名	国名	年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト		トータル			
					1	2	3	1	2	3	S	C&J				
1	YANG Sha	CHN	85	65.29	90	95	98	x	115	120	123	95	2	123	1	218
2	AVDALYAN Nazik	ARM	86	68.35	95	x	95	x	120	124	x	95	3	120	3	215
3	BFAUCHEMIM-NADEAU Marie-Eve	CAN	88	68.82	91	92	x	112	116	121	92	4	121	2	213	
4	BAEVA Daria	UKR	88	68.21	91	95	98	109	113	113	98	1	113	4	211	
5	JORDALEN Arja Evelyn	NOR	87	67.90	85	88	x	106	110	111	85	6	111	5	196	
6	SMOSARSKA Anna	POL	85	64.08	85	x	85	x	103	107	110	85	5	110	6	195
7	KLADIVOVA Pavla	CZE	84	66.99	78	82	x	84	x	96	100	x	78	7	174	

75Kg級

1	WU Jian	CHN	90	74.62	100	105	110	130	135	136	110	1	136	1	246	
2	KHURSHUDYAN Hripsime	ARM	87	74.62	100	106	111	x	125	135	141	x	106	2	241	
3	CHUNG Chieh-Jui	TPE	86	73.64	96	x	98	101	x	125	130	98	4	130	3	228
4	MYRONYUK Nadiya	UKR	84	71.49	97	100	102	120	125	125	102	3	125	5	227	
5	RATTANACHUANG Wacharawadee	THA	88	73.99	90	92	99	x	120	126	131	x	92	5	218	
6	GIRARD Caroline	CAN	82	74.88	84	x	84	x	108	108	113	x	84	6	192	
7	OSTAPSKA Katarzyna Anna	POL	88	69.48	80	82	x	82	100	103	105	82	7	105	7	187
8	NOKTA Gulden	TUR	86	74.57	70	75	78	x	90	95	95	x	75	8	165	

+75Kg級

1	MOONJAR Annipa	THA	84	103.61	102	105	108	131	136	140	108	1	140	1	248	
2	城内 史子	JPN	85	113.95	95	99	102	x	130	134	x	99	3	134	2	233
3	LIU Yun-Chien	TPE	88	89.43	90	93	96	x	128	128	x	93	5	128	3	221
4	BUSSARD Jenna	USA	86	160.69	95	x	95	x	122	126	x	95	4	122	4	217
5	ROBLES Sarah	USA	88	112.78	90	95	x	120	124	124	x	90	6	120	5	210
6	MAGAT Krisztina	HUN	89	99.23	82	86	x	88	x	98	101	105	x	82	8	183
7	VIGLIETTI Ilaria	ITA	84	99.36	80	85	88	x	95	100	x	85	7	95	7	180
	橋本 麻美	JPN	87	104.82	100	104	107	135	x	135	x	107	2	---	---	---

国 別 得 点 表

【男子】

順位	国名	58Kg	62Kg	69Kg	77Kg	85Kg	94Kg	105Kg	+105Kg	合計
1	CHN	84 /1	84 /1	84 /1	159 /2	138 /2	138 /2	75 /1		624 /8
2	POL	64 /1	51 /1	60 /1		119 /2	93 /2	70 /1		457 /8
3	TUR	60 /1	63 /1	79 /2	118 /2	70 /1	75 /2	59 /1	67 /1	447 /8
4	TKM	65 /1				70 /1	436 /8	41 /1		436 /8
5	USA		122 /2	59 /1		134 /2	19 /1		58 /1	392 /7
6	GRE		60 /1		103 /2		79 /2	102 /2	45 /1	389 /8
7	HUN				103 /2		44 /1	95 /2	123 /2	365 /7
8	MDA		69 /1	54 /1	68 /1	25 /1				216 /4
9	THA	75 /1		65 /1			69 /1			209 /3
10	AZE		75 /1				72 /1		51 /1	198 /3
11	IRL			62 /2	39 /1	85 /2				186 /5
12	TPE					63 /1	63 /1	55 /1	66 /1	184 /3
13	LTU					71 /1		111 /2		182 /3
14	SVK		55 /1	61 /1		58 /1				174 /3
15	CAN				59 /1	53 /1		51 /1		163 /3
16	BLR					64 /1			63 /1	127 /2
17	JPN	69 /1		52 /1						121 /2
18	FIN				58 /1				55 /1	113 /2
19	ITA				46 /1		47 /1	48 /1		95 /2
20	ISR						35 /1			81 /2
21	ESP			39 /1			27 /1	12 /1		78 /3
22	ARM			75 /1						75 /1
23	FRA			34 /1			37 /1			71 /2
24	AUS							60 /1		60 /1
25	BEL					47 /1				47 /1
26	RSA			41 /1				26 /1		41 /1
27	CZE									26 /1
合計		6	9	17	13	13	19	15	11	

【女子】

順位	国名	48Kg	53Kg	58Kg	63Kg	68Kg	75Kg	+75Kg	合計
1	USA	63 /1	137 /2	137 /2	121 /2			128 /2	455 /7
2	POL	57 /1	76 /1	84 /1		61 /1	57 /1		372 /6
3	TPE	67 /1	81 /1	84 /1			68 /1	67 /1	367 /5
4	THA	159 /2						84 /1	307 /4
5	CAN		63 /1	63 /1		70 /1	60 /1		256 /4
6	CHN				84 /1	81 /1	84 /1		249 /3
7	GRE	54 /1	116 /2		55 /1				225 /4
8	TUR	68 /1	71 /1						146 /2
9	ARM					71 /1	66 /1		136 /2
10	UKR					72 /1		57 /1	117 /2
11	ITA	60 /1						58 /1	109 /2
12	HUN	51 /1						98 /2	98 /2
13	JPN								73 /1
14	RSA					72 /1			72 /1
15	ISR					69 /1			69 /1
16	SRB								62 /1
17	NOR								62 /1
18	BEL		60 /1						60 /1
19	FRA		59 /1						59 /1
19	NED			59 /1					59 /1
21	CZE					57 /1			57 /1
22	BLR		53 /1						53 /1
23	FIN			20 /1					20 /1
合計		9	9	7	8	7	8	8	

第56回関西学生選手権大会

平成20年12月5日 ●羽曳野市立総合スポーツセンター 順位の○印は個人選手

【男子】
56Kg級

順位	氏名	大学名	学年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト		トータル			
					1	2	3	1	2	3	S	O&J				
1	江本 廉伸	大阪商業大学	88	3	55.72	90	90	95	115	120	123	95	2	120	1	215
2	村上 朋	立命館大学	90	1	56.00	93	98	101	112	117	117	98	1	117	2	215
③	永井 千尋	大阪商業大学	89	1	56.00	80	80	85	100	105	107	85	3	105	3	190
4	山下 佳祐	桃山学院大学	88	1	55.80	55	60	65	70	75	80	65	4	75	5	140
5	山田 真登	関西学院大学	87	3	55.76	60	60	60	75	78	81	60	5	60	5	135

62Kg級

1	得永 孝達	大阪商業大学	88	3	61.52	95	95	100	120	125	128	100	3	128	1	228
2	山本 健晴	大阪商業大学	88	2	61.48	100	100	104	115	120	123	104	1	123	2	227
③	文屋 紀彦	大阪商業大学	88	2	60.74	95	100	103	115	121	124	103	2	121	3	224
4	宮下 新平	桃山学院大学	87	3	60.64	70	75	80	85	90	97	75	4	90	4	165
⑤	長尾 祐輔	関西学院大学	88	1	61.46	53	57	57	65	70	70	57	5	65	5	122

69Kg級

1	藤松 孝彦	大阪商業大学	87	3	68.80	105	110	116	130	134	136	110	1	134	1	244
2	廣野 完	京都産業大学	87	3	64.16	100	105	107	130	135	139	105	2	130	2	235
3	広瀬 公治	立命館大学	89	1	67.48	100	105	107	126	131	131	105	3	126	4	231
④	牧原 宗一郎	大阪商業大学	88	2	68.38	95	100	100	120	120	127	95	4	127	3	222
5	須永 翼	近畿大学	86	4	66.96	95	100	100	120	120	127	95	5	111	5	206
6	平 祐也	近畿大学	88	3	67.72	85	90	90	105	105	108	90	6	108	6	198
7	吉高 淳一郎	関西学院大学	86	4	66.98	90	90	93	105	108	111	90	7	108	7	198
⑧	阿部 好宏	近畿大学	90	1	66.74	85	85	90	105	105	110	85	9	105	8	190
10	遠幸 和平	関西学院大学	89	1	68.60	70	75	80	90	95	100	85	8	100	9	185
11	野口 裕樹	桃山学院大学	88	2	68.32	80	85	85	85	87	92	80	10	80	10	175
12	山口 裕士	立命館大学	87	1	64.72	75	80	82	88	92	95	75	13	92	11	167
13	田村 彬	関西大学	88	2	69.00	75	78	78	85	85	90	85	14	85	13	163
14	高寺 健太	桃山学院大学	88	2	67.86	60	65	67	80	85	85	65	14	80	15	145
⑬	上藤 宏樹	関西学院大学	89	1	63.48	62	62	66	80	85	85	62	15	60	14	142

77Kg級

1	武市 樹	関西大学	87	3	70.72	115	118	118	145	147	150	118	1	147	1	265
2	石田 裕人	関西学院大学	85	4	75.78	110	113	115	142	146	150	115	3	146	2	261
3	西村 孝登	近畿大学	87	3	73.38	105	108	111	130	134	136	111	4	134	3	245
4	丹崎 豪	大阪商業大学	87	4	74.96	100	106	109	120	125	130	106	6	125	5	231
5	島本 賢一	立命館大学	89	1	74.06	95	100	105	117	122	126	100	7	126	4	226
6	佐久間 翔	近畿大学	89	2	73.86	75	80	82	102	107	111	75	8	107	6	182
7	門脇 智大	佛教大学	86	4	69.86	65	70	75	75	80	85	70	9	80	9	150
8	藤井 宗幸	関西大学	86	3	72.30	65	73	73	75	85	—	65	10	85	8	150
○	松本 和哉	京都産業大学	86	4	70.12	105	108	111	130	130	130	108	5	0	0	0
○	豊浦 優基	関西学院大学	87	3	72.98	80	80	80	95	100	102	0	0	95	7	0
○	下原 玄大	大阪商業大学	89	1	69.90	110	115	117	135	137	137	115	2	0	0	0

大学対抗得点表

85Kg級

順位	氏名	大学名	生 学 年 年 体 重			ス ナ ッ チ			ク リ ー ン シ ョ ー ヴ			ベ ス ト			トータル		
			1	2	3	1	2	3	1	2	3	S	順	O&J		順	
1	大山 剛史	立命館大学	86	4	84.36	105	110	115	130	130	141	141	115	1	141	1	256
2	住吉 陽聖	立命館大学	87	3	78.22	100	105	108	123	128	132	132	108	2	128	3	236
③	藤生 川橋平	大阪商業大学	88	2	83.18	100	105	108	126	130	130	100	4	130	2	230	
4	加藤 拓己	桃山学院大学	89	2	81.96	82	87	90	100	105	110	87	5	105	5	192	
5	今任 一彰	佛敎大学	90	1	81.28	80	85	85	105	112	112	80	7	105	4	185	
6	吉川 拓哉	関西学院大学	86	4	79.04	75	80	83	90	96	101	83	6	96	7	179	
⑦	清尾 哲平	近畿大学	89	1	78.38	55	55	60	70	75	80	60	8	80	8	140	
8	村崎 圭太	佛敎大学	86	4	82.92	—	55	55	70	75	80	55	9	75	9	130	
9	大智 佛敎大学	関西学院大学	88	2	77.96	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0	
10	田中 悠	京都産業大学	87	3	82.06	95	100	100	125	125	126	100	3	0	0	0	
	山根 崇	近畿大学	86	4	77.66	70	70	70	90	96	96	0	0	96	6	0	

94Kg級

1	丹羽 清文	立命館大学	87	3	90.24	105	110	114	141	146	151	114	3	151	2	265
2	松原 賢佳	大阪商業大学	88	2	92.28	110	115	115	140	145	150	115	1	145	3	260
3	杉本 智広	桃山学院大学	86	4	90.28	102	102	107	143	146	152	102	5	152	1	254
4	野中 仁史	大阪商業大学	86	4	92.94	110	115	115	130	130	133	115	2	130	5	245
⑤	須田 真	大阪商業大学	90	1	92.74	100	105	105	130	135	135	105	4	130	4	235
6	西田 有輝	近畿大学	86	4	93.18	100	100	105	125	130	131	100	6	125	6	225
7	藤山 寿光	京都産業大学	87	3	90.44	90	93	95	105	110	110	90	7	110	9	200
8	仲島 大助	佛敎大学	88	2	88.92	85	88	88	105	110	115	85	8	110	8	195
9	近藤 卓磨	姫路獨協大学	86	4	87.80	75	80	83	105	110	110	80	9	110	7	190
10	福永 啓太	関西学院大学	89	1	89.88	70	70	70	85	90	95	70	10	95	10	165

105Kg級

1	木下 晴矢	京都産業大学	88	2	102.12	110	115	118	140	144	147	115	2	147	1	262
2	三澤 将貴	関西大学	87	3	99.00	112	117	120	140	145	147	120	1	140	2	260
3	金澤 伸安	立命館大学	89	2	94.02	111	114	116	133	138	143	114	3	138	4	252
4	山口 勇樹	京都産業大学	87	3	102.10	100	106	106	140	145	153	100	6	140	3	240
⑤	濱田 康祐	大阪商業大学	87	4	94.08	100	100	107	135	140	141	100	4	135	5	235
⑥	辻 政晴	大阪商業大学	88	3	101.76	95	100	105	120	125	125	100	5	120	6	220
7	平田 晃基	関西学院大学	88	1	96.28	70	70	78	85	90	95	85	8	90	7	168
8	畷代田幸宏	桃山学院大学	89	1	94.60	70	70	77	82	87	90	77	9	87	8	164
9	藤田 真司	大阪経済大学	86	4	100.84	95	100	106	125	125	125	125	1	125	1	0

+105Kg級

1	浦田 章弘	大阪商業大学	87	4	124.70	131 CR	140	140	170	176 CR	180	131	1	176	1	307 CR
2	清水 友貴	近畿大学	88	2	122.45	120	116	116	150	150	155	128	2	150	2	278
3	北川 翔太	京都産業大学	88	2	105.10	112	116	116	142	146	151	112	4	146	3	258
4	藤本 大士	関西大学	89	1	133.35	105	110	113	130	135	136	110	5	130	5	240
⑤	吉村 暢洋	大阪商業大学	88	2	110.70	105	110	110	130	135	135	105	6	130	4	235
⑥	中川 晃	大阪商業大学	89	1	105.25	95	98	98	120	120	125	98	7	125	6	223
7	山田 篤彦	京都産業大学	90	1	128.00	115	120	121	150	150	150	150	3	0	0	0

【女子】

48Kg級

1	桃井麻実子	桃山学院大学	87	3	45.36	42	45	48	57	60	62	45	1	60	1	105
---	-------	--------	----	---	-------	----	----	----	----	----	----	----	---	----	---	-----

53Kg級

1	中井 美保	関西大学	89	1	52.92	63	66	68	80	85	87	68	1	85	1	153
---	-------	------	----	---	-------	----	----	----	----	----	----	----	---	----	---	-----

58Kg級

1	谷口 亜帆	立命館大学	87	3	53.86	65	70	74	80	85	90	70	1	90	1	160
2	本城早紀子	関西大学	89	1	57.98	58	61	61	73	75	76	58	2	76	2	134

63Kg級

1	木下ちひろ	立命館大学	89	1	59.40	70	74	78	84	89	93	78	1	93	1	171
2	矢野 晴佳	関西大学	88	2	58.02	64	67	70	84	87	90	70	2	87	2	157
3	今永 幸乃	関西大学	89	1	59.46	60	63	66	80	83	85	63	3	80	3	143

第21回アジアジュニア選手権大会

●平成20年12月6日 [56Kg級~69Kg級]-7日 [77Kg級~85Kg級]-8日 [95Kg級~+105Kg級] ●韓国 全州

56Kg級

順位	氏名	国名	年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	順	C&J	順	トータル		
					1	2	3	1	2	3							
1	Ji Guohua	CHN	89	55.85	110	115	120	140	151	160	X	115	1	151	1	266	
2	OSMONALIEV Erzat	KGZ	88	55.85	103	108	110	125	130	133	X	110	2	133	2	243	
3	CHIANG Tsung-ting	TPE	89	55.45	92	96	100	119	125	125	X	96	4	125	4	221	
4	村上 進人	JPN	90	55.80	95	100	105	115	120	120	X	100	3	115	5	215	
5	CHANG Chin-feng	TPE	91	55.80	87	91	94	110	115	115	X	91	5	110	6	201	
	NGUYEN Ngoc trung	VIE	91	55.85	100	102	102	120	126	128	X	—	—	—	—	128	3

62Kg級

1	YU Tao	CHN	89	61.85	130	135	140	155	165	170	X	140	1	170	1	310
2	BEHROUZI Sajad	IRI	89	59.30	120	124	126	145	147	150	X	126	2	150	2	276
3	MOLDODOV Sulfan	KGZ	90	61.65	112	121	126	140	147	151	X	121	3	147	3	268
4	LEE Ho dang son	VIE	89	62.00	110	110	115	130	130	130	X	110	4	130	5	240
5	金城 誠丸	JPN	90	61.70	100	105	110	130	130	130	X	105	5	130	4	235
6	ABDULLAYEV Alisher	UZB	90	61.25	95	100	102	125	130	130	X	102	6	125	6	227
7	ABDULIKOV Tursinboy	UZB	88	61.55	90	96	101	115	120	120	X	96	7	120	7	216
8	ALI Feyziy	BAN	89	61.75	80	85	88	95	95	100	X	85	8	100	8	185
	ZAMAN Hasanor	BAN	91	61.55	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

69Kg級

1	LU Lei	CHN	88	68.70	135	142	161	168	168	168	X	142	1	161	3	303
2	KULIK Roman	KAZ	89	68.90	125	130	133	157	162	167	X	133	3	167	1	300
3	WON Jung-shik	KOR	90	67.75	130	130	133	161	161	162	X	133	2	162	2	295
4	PAN Chien-hung	TPE	88	66.20	115	120	125	145	152	157	X	125	4	157	4	282
5	KOBILOV Subhon	UZB	88	69.00	120	126	126	146	149	153	X	120	6	149	5	269
6	金城 聖丸	JPN	90	67.55	112	112	120	143	148	153	X	112	7	148	6	260
7	NGUYEN Dao diep	VIE	90	66.85	115	121	123	135	140	144	X	123	5	135	7	258

77Kg級

1	WU Chenghai	CHN	89	73.40	141	146	151	177	182	189	X	151	2	182	1	333
2	STRIGA Dmitry	KAZ	89	76.70	150	155	158	170	175	180	X	158	1	175	3	333
3	MORADI Sohrab	IRI	88	76.80	136	142	147	171	171	171	X	147	3	171	4	318
4	KHALMATOV Takhir	KAZ	89	76.80	135	140	140	170	178	178	X	140	4	178	2	318
5	HUANG Tse-wei	TPE	88	75.75	135	135	135	160	165	170	X	135	5	170	5	305
6	白草 竜太	JPN	90	73.75	120	125	130	149	152	157	X	130	7	152	7	282
7	NURUDINOV Ruslan	UZB	91	76.85	120	125	131	147	151	160	X	131	6	151	8	282
8	ALIMOV Ulugbek	UZB	89	74.00	115	115	120	145	155	163	X	120	9	155	6	275
9	DINH The binh	VIE	88	75.40	115	120	125	145	150	155	X	125	8	150	9	275
10	RAHMAN Rajibur	BAN	89	72.10	80	80	80	105	110	110	X	80	10	110	10	190
	YOU Kwang-keun	KOR	90	75.40	126	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

85Kg級

1	UTESHOV Almas	KAZ	88	84.75	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2	HE Jian	CHN	90	84.95	150	152	152	181	181	181	X	150	4	181	1	338
3	OH Ho-yong	KOR	88	83.65	150	150	150	181	181	181	X	150	3	181	3	331
4	KIM Kyung-soo	KOR	88	82.70	146	146	146	182	182	182	X	146	5	182	2	328
5	VADIDARIS Ahmad reza	IRI	88	84.95	151	151	151	182	182	182	X	151	2	182	5	323
6	YAKUBJANOV Elmurod	UZB	88	78.25	125	125	125	160	160	160	X	125	7	160	6	285
7	HUANG Ching-yu	TPE	89	84.80	127	127	127	162	162	162	X	127	6	162	7	279

94Kg級

順位	氏名	国名	年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	順	C&J	順	トータル	
					1	2	3	1	2	3						
1	LI Binng	CHN	90	93.20	156	162	165	200	205	214	X	165	1	205	1	370
2	CHEN Hu	CHN	91	93.60	151	156	161	186	191	197	X	156	3	197	3	353
3	NIZOV Dmitry	KAZ	88	92.35	155	160	165	185	190	192	X	160	2	192	4	352
4	KOO Won-seo	KOR	89	93.00	145	145	150	191	194	200	X	150	5	200	2	350
5	JUNG Hyun-jong	KOR	88	93.05	150	155	161	186	191	193	X	155	4	191	5	346
6	AHMEDOV Givossiddin	UZB	89	89.95	135	140	143	180	186	186	X	140	6	180	6	320
7	AHGAH AJIRLOU Mehdi	IRI	89	93.55	135	141	141	171	171	172	X	135	10	172	7	307
8	河原 祐輔	JPN	91	93.25	135	135	140	165	165	165	X	140	7	165	8	305
9	SHATMANOV Eldiar	KGZ	89	93.45	130	135	140	161	161	161	X	140	8	161	9	301
10	EMAD Mohammad	SYR	88	92.30	135	135	135	160	170	171	X	135	9	160	10	295
11	NGUYEN Van minh	VIE	90	92.15	120	130	130	150	150	160	X	130	12	150	11	280
12	HASANOV Azizbek	UZB	91	85.35	120	125	130	140	145	145	X	130	11	140	12	270

105Kg級

1	YANG Zhe	CHN	91	103.20	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2	KOPYTOV Stanislav	KAZ	88	97.25	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
3	ARMAK Anooosh	IRI	90	103.95	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
4	ALDABERGENOV Albol	KAZ	89	104.20	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
5	YOON Beom-suk	KOR	88	95.50	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
6	ESMAEL NEJAD Masoud	IRI	90	103.40	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
7	KASEM Assad	SYR	88	102.00	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
8	YANG Chih-yu	TPE	89	104.55	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
9	MAI Van n long	VIE	89	102.50	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

+105Kg級

1	HOSSEINI Saeid ali	IRI	88	155.00	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
2	SALIMI KORD ASIABI Behda	IRI	89	157.00	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
3	KIM Yong-kwan	KOR	88	149.25	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
4	CHAO Shih-chieh	TPE	90	130.70	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

国別別得点表

順位	国名	56Kg	62Kg	69Kg	77Kg	85Kg	94Kg	105Kg	+105Kg	合計得点
1	CHN	84 / 1	84 / 1	79 / 1	81 / 1	75 / 1	155 / 2	84 / 1	—	642 / 8
2	IRI	—	75 / 1	—	68 / 1	67 / 1	54 / 1	133 / 2	159 / 2	556 / 8
3	KAZ	—	—	76 / 1	145 / 2	78 / 1	70 / 1	138 / 2	—	507 / 7
4	KOR	—	—	73 / 1	0 / 1	137 / 2	132 / 2	61 / 1	69 / 1	472 / 8
5	UZB	—	117 / 2	62 / 1	112 / 2	59 / 1	103 / 2	—	—	453 / 8
6	TPE	129 / 2	—	66 / 1	63 / 1	58 / 1	56 / 1	66 / 1	66 / 1	438 / 7
7	JPN	66 / 1	64 / 1	59 / 1	58 / 1	—	55 / 1	—	—	302 / 5
8	VIE	23 / 1	65 / 1	59 / 1	52 / 1	—	44 / 1	51 / 1	—	294 / 6
9	KGZ	75 / 1	69 / 1	—	—	—	52 / 1	—	—	196 / 3
10	SYR	—	—	—	—	—	49 / 1	56 / 1	—	105 / 2
11	BAN	—	54 / 2	—	48 / 1	—	—	—	102 / 3	102 / 6
	合計人数	6	9	7	11					

第13回アジアジュニア女子選手権大会

●平成20年12月6日[48Kg級~53Kg級]・7日[58Kg級~63Kg級]・8日[69Kg級~+75Kg級] ●韓国 全州

48Kg級

順位	氏名	国名	生年	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	順位	トータル
				1	2	3	1	2	3			
1	PANIDA Khamsri	THA	89	46.60	75	78	80	96	100	103	103	181
2	TAN Yavun	CHN	92	46.90	75	75	78	97	101	104	101	179
3	竹下 菜緒	JPN	88	47.90	70	73	73	86	89	89	70	156
4	LEE Mi-jung	KOR	88	47.55	60	63	63	83	86	90	60	150
5	DUONG Thi huyen	VIE	90	47.10	60	60	65	75	80	80	75	135
6	MAHLUO Togoeva	UZB	92	45.80	50	54	57	65	69	72	57	129
	THIP-AMON Phunruem	THA	89	47.40	75	75	75	95	97	101	—	97

53Kg級

1	ZHANG Xiaoyu	CHN	89	51.60	83	87	90	105	110	115	115	205
2	AUNGSUMALIN Saylert	THA	90	51.00	75	78	78	96	100	105	75	175
3	具志堅美沙希	JPN	90	52.35	75	78	80	91	95	95	78	173
4	han Eun-ri	KOR	90	52.65	71	75	79	90	96	96	75	165
5	CHIANG Chia-ching	TPE	90	52.10	67	67	70	86	89	92	70	159
6	DO Thi thu hoai	VIE	91	49.65	65	70	70	80	85	—	65	145
7	MENDOZA Jaymie	PHI	90	50.40	57	61	65	73	78	82	65	143

58Kg級

1	PIMSIRI Srikaew	THA	90	57.90	90	90	95	115	120	125	90	215
2	PATTAMA Kuntawee	THA	90	55.54	80	85	90	110	115	118	85	200
3	吉野千枝里	JPN	90	57.58	71	74	76	94	98	98	76	174
4	菊田 奏子	JPN	88	57.58	71	74	76	95	98	98	74	172
5	DAO Thi hong chiem	VIE	88	57.52	75	77	77	95	99	99	75	170
6	KOSTENKO Tatyana	KAZ	88	57.58	68	73	75	85	92	98	68	166
7	GONGOR Otgontuya	MGL	91	56.12	70	70	74	90	93	94	70	160

63Kg級

1	FENG Jia	CHN	88	61.00	95	100	105	115	120	125	105	230
2	MUN Yoo-ra	KOR	90	61.70	87	90	90	110	116	121	90	206
3	宮平奈美子	JPN	88	62.60	85	88	90	103	107	110	88	195
4	DO Thi phuong	VIE	88	58.16	65	70	73	85	90	90	70	155
5	KRASKOVA Galina	KAZ	91	61.00	65	69	72	75	82	87	69	151

69Kg級

1	KANG Yue	CHN	91	68.90	95	100	105	120	126	130	105	235
2	KIM Bo-ra	KOR	91	63.05	85	85	91	110	117	124	91	208
3	柿沼 沙苗	JPN	90	66.55	78	81	82	98	101	103	82	185
	KHAMITTHA Petanang	THA	89	67.80	90	90	90	111	118	125	—	125

75Kg級

1	OUJ Shasha	CHN	88	74.35	100	105	107	120	125	130	107	237
2	KIM Hye-mi	KOR	90	70.00	90	90	90	107	112	120	90	202
3	仲村 理奈	JPN	90	73.35	80	83	87	100	105	108	83	188
4	NGO Thi hanh	VIE	90	69.95	75	75	82	100	105	108	82	187

+75Kg級

1	PRAEONAPA Khenjantuek	THA	92	103.85	96	102	104	130	135	138	104	242
2	LEE Hee-sol	KOR	89	111.05	101	103	105	131	136	139	105	241
3	LADO Angelica	PHI	89	81.05	70	75	80	83	91	91	75	166
4	BYAMBADORJ Uranchimeg	MGL	88	75.50	65	70	70	80	—	—	65	145

国別得点表

順位	国名	48Kg	53Kg	58Kg	63Kg	69Kg	75Kg	+75Kg	合計得点
1	JPN	67 / 1	71 / 1	134 / 2	69 / 1	68 / 1	68 / 1		477 / 7
2	THA	107 / 2	73 / 1	157 / 2		25 / 1		81 / 1	443 / 7
3	KOR	65 / 1	66 / 1		75 / 1	73 / 1	75 / 1	78 / 1	432 / 6
4	CHN	5 / 1	84 / 1		84 / 1	84 / 1	84 / 1		411 / 5
5	VIE	63 / 1	60 / 1	63 / 1			67 / 1		319 / 4
6	PHI		57 / 1					69 / 1	126 / 2
7	KAZ			62 / 1	63 / 1				125 / 2
8	MGL			58 / 1				66 / 1	124 / 2
9	TPE		63 / 1						63 / 1
10	UZB	59 / 1							59 / 1
	合計人数	7	7	7	4	4	4	4	37

第10回アジアユース選手権大会

●平成20年12月3日[男子50kg級~56kg級~女子44kg級~48kg級]-4日[男子62~69kg級~女子53kg級~+69kg級]

5日[男子77kg級~+94kg級] ●韓国 全州

【男子】

50kg級

順位	氏名	国名	生年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト					
					1	2	3	1	2	3	S	O&J	順	トータル		
1	LIN Ching-chih	TPE	92	49.80	70	73	75					75	1	95	1	170
2	PARK Se-jong	KOR	93	49.90	67	71	74	x				71	2	87	2	158

56kg級

1	系数 勝																	
1	NESTOR Colonia	JPN	91	56.00	96	101	x	101	125	130	133	HR	101	1	133	1	234	
2	HUANG Chia-cheng	PHI	92	55.25					115	125	x	125	x	90	2	115	2	205
3	大谷 弘輝	TPE	91	55.40					105	110	115			90	3	115	3	205
4		JPN	94	55.95	72	74	75	85	88	90	x			75	4	88	4	163

62kg級

1	BEGALIEV Muhammad	UZB	92	62.00	110	114	120	x	135	140	143			115	1	143	1	257
2	ZAMAN Hasanor	BAN	91	61.50	100	x	100	103	115	120	124			103	2	124	2	227
3	KIM Pyung-won	KOR	92	60.25	95	100	x	100	116	120	123			95	3	123	3	218
4	GHANG Hao-yu	TPE	92	61.30	92	96	x	96	117	121	x	124	x	92	4	117	4	209
5	白草 翔太	JPN	94	56.60	83	85	87	x	103	105	x	105		85	5	105	5	190
6	MAHER-JASSIM Bhaadri	UAE	91	58.20	62	65	x	68	80	84	88	x		68	6	84	6	152

69kg級

1	MALLEKI Hamid	IRI	91	68.55	115	122	127	145	153	158				127	1	158	1	285
2	CHEN Chia-wen	TPE	92	68.40	100	106	110	x	130	134	137			106	2	137	2	243
3	YOU Dong-ju	KOR	93	67.00	90	95	100	x	121	130	133	x		95	3	130	3	225
4	PARK Mu-jung	KOR	95	67.40	80	85	88	x	105	110	x	110		85	4	110	4	195

77kg級

1	ISHAYEV Maxim	KAZ	91	76.00	130	135	140	x	153	160	164			135	1	164	1	299
2	ZAREI Mohammad	IRI	91	76.30	125	131	136	x	154	161	169	x		131	2	161	2	292
3	NURUDINOV Ruslan	UZB	91	76.15	120	126	131	x	145	150	156	126	3	156	3	282		
4	安達 真弘	JPN	91	75.60	110	115	120	x	130	140	145			115	4	145	4	280
5	LU Kaoliang	TPE	92	74.55	105	110	115	x	140	145	150	x		110	5	145	5	260

85kg級

1	MOHAMMAD POR Saaid	IRI	93	84.70	132	138	142	160	168	171	x			142	2	168	2	310
2	GHADAMI Kia	IRI	91	84.15	135	140	144	160	168	x	168	x		144	1	160	3	304
3	ZACHIKOV Alexandr	KAZ	92	82.95	123	127	132	x	157	163	170			127	3	170	1	297
4	KAO Chih-pei	TPE	91	79.85	95	100	105	135	140	145	x			105	4	140	4	245

94kg級

1	KHAZAEI Ahmad	IRI	91	93.70	140	145	150	171	176	181				150	1	181	1	331
2	ZAREI Hamed	IRI	91	92.85	132	136	140	163	170	175	175			140	2	175	3	315
3	SEO Hee-yup	KOR	92	86.70	131	135	x	170	175	x	175	x		131	4	175	2	306
4	TLEVOV Galymbek	KAZ	92	87.65	125	130	135	x	155	163	167	x		130	5	163	4	293
5	LAI Ching-jen	TPE	92	93.35	120	125	128	150	155	158	x	128	6	155	5	283		
6	HASANOV Aziz	UZB	91	85.80	122	127	131	141	145	150	x			131	3	145	6	276

+94kg級

1	DAVODI Mohsen	IRI	91	140.85	140	151	160	180	190	200				160	1	200	1	360
2	MOULAEI Bahador	IRI	92	110.00	133	143	150	170	180	190				150	2	190	2	340
3	LIU Tzu-hao	TPE	91	97.55	98	105	110	145	150	x	153			110	3	153	3	263

【女子】

44kg級

順位	氏名	国名	生年	体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト						
					1	2	3	1	2	3	S	O&J	順	トータル			
1	KELLEKAY Rojas	PHI	91	43.34	50	55	60						60	1	75	1	135
2	LIN Chia-mei	TPE	92	42.38	40	45	48						48	2	61	2	109
3	SISOEVA Marina	UZB	93	42.80	40	x	40	x	40				40	3	55	3	95

48kg級

1	八木 かゆえ	JPN	92	47.28	63	66	68	x	82	86	HR			66	2	88	1	154
2	CHANG Kai-Lin	TPE	91	47.46	63	66	68	x						66	3	87	2	153
3	水落 穂南	JPN	93	46.46	64	66	68		78	81	83			68	1	83	3	151
4	CHEN Par-chi	TPE	91	47.54	63	x	63	65						65	4	80	4	145
5	TOGOEVA Mahliyo	UZB	92	46.02	53	56	59	x						56	5	71	5	127
6	KRAMAR Olega	KAZ	92	47.98	48	50	52	x						50	6	67	6	117

53kg級

1	HSU Shu-Ching	TPE	91	52.70	70	80	x	80	x	90	97	x		70	1	90	1	160
2	AKHTER Fayema	BAN	91	52.65	60	62	x	72	76	76	x			62	3	76	2	138
3	SIVANBAYEVA Faina	KAZ	92	53.00	58	61	63	68	73	76	x			63	2	73	4	136
4	DOSSOVA Sholpan	KAZ	93	52.90	55	60	63	x	68	73	76	x		60	4	73	3	133

58kg級

1	DIA Hidiyn	PHI	91	55.90	83	87	90	105	110	113	x			90	1	110	2	200
2	ICHINSHANLO Zulfiya	KAZ	93	57.85	80	x	80	82	x	105	110	113		80	2	113	1	193
3	CHANG Shih-ting	TPE	91	57.65	61	65	x	65	90	92	95			65	6	95	3	160
4	SADUAKASSOVA Saule	KAZ	93	57.25	68	71	74	82	88	x	89	x		74	3	82	6	156
5	PATRICIA Liena	PHI	94	55.30	65	70	x	70	85	90	x			70	4	85	4	155
6	山本 優子	JPN	91	56.35	66	69	x	69	84	87				66	5	84	5	150
	PATRICIA Liena	PHI	94	55.30	65	x	—	—	85	x				—	—	—	—	—

63kg級

1	KRASKOVA Galin	KAZ	91	61.70	65	x	65	68	75	86	x	86	x	68	1	75	2	143
	尾崎 莉加	JPN	91	60.90	65	x	65	65	85	90	95			65	1	95	1	—

69kg級

1	TSAI Shih-ting	TPE	92	68.30	70	75	80	92	100	103	x			80	1	100	1	180
2	尾崎 珠加	JPN	91	67.95	65	70	73	85	90	x	90			73	2	90	2	163

+69kg級

1	YAO Chi-ling	TPE	93	80.95	83	91	94	112	112	125	x			94	1	122	1	216
2	山田 翔子	JPN	91	76.25	73	77	80	93	97	100				80	2	100	2	180
3	GVUNTNER Kristina	KAZ	91	88.10	60	65	68	x	70	75	78	x		65	3	75	3	140

国 別 得 点 表

【 男子 】

順位	国名	50Kg	56Kg	62Kg	69Kg	77Kg	85Kg	94Kg	+94Kg	合計得点
1	IRI				84 /1	75 /1	154 /2	157 /2	159 /2	629 /8
2	TPE	84 /1	69 /1	66 /1	75 /1	64 /1	66 /1	62 /1	69 /1	555 /8
3	KOR	75 /1		69 /1	135 /2			70 /1		349 /5
4	JPN		150 /2	66 /1		65 /1				278 /4
5	KAZ					84 /1	74 /1	65 /1		223 /3
6	UZB			84 /1		69 /1		63 /1		216 /3
7	BAN			75 /1						75 /1
8	PHI		75 /1							75 /1
9	UAE			60 /1						60 /1
合計人数		2	4	6	4	5	4	6	3	34

【 女子 】

順位	国名	44Kg	48Kg	53Kg	58Kg	63Kg	69Kg	+69Kg	合計得点
1	TPE	75 /1	139 /2	84 /1	66 /1		84 /1	84 /1	532 /7
2	KAZ		60 /1	137 /2	143 /2	81 /1		69 /1	490 /7
3	JPN		155 /2		62 /1	28 /1		75 /1	395 /5
4	PHI	84 /1			146 /3				230 /4
5	UZB	69 /1	63 /1						132 /2
6	BAN			73 /1					73 /1
合計人数		3	6	4	7	2	1	3	26

第24回関東高等学校選抜大会

2009.01.24~25

埼玉県さいたま市

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 体重 (Weight), クリスマスジャンプ (Christmas Jump), スナッチ (Snatch), クリーンリフト (Clean Lift), トータル (Total). Lists athletes from various schools in Saitama Prefecture.

第22回北信越高等学校選抜大会

2009.02.01

福井県坂井市

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 体重 (Weight), クリスマスジャンプ (Christmas Jump), スナッチ (Snatch), クリーンリフト (Clean Lift), トータル (Total). Lists athletes from various schools in Fukui Prefecture.

第14回東海高等学校選抜大会

2009.01.17~18

静岡県静岡市

Table with columns: 階級 (Grade), 種別 (Category), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学年 (Year), 学体重 (Weight), スナッチ (Snatch), クリーン&ジャーク (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists athletes from various prefectures like 岐阜, 愛知, 三重, etc.

第13回近畿高等学校選抜大会

2009.01.17~18

兵庫県明石市

Table with columns: 階級 (Grade), 種別 (Category), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学年 (Year), 学体重 (Weight), スナッチ (Snatch), クリーン&ジャーク (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists athletes from various prefectures like 兵庫, 京都, 大阪, etc.

第14回東海高等学校選抜大会

2009.01.17~18

静岡県静岡市

Table with columns: 階級 (Grade), 種別 (Category), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学年 (Year), 学体重 (Weight), スナッチ (Snatch), クリーン&ジャーク (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists athletes from various prefectures like 岐阜, 愛知, 三重, etc.

第13回近畿高等学校選抜大会

2009.01.17~18

兵庫県明石市

Table with columns: 階級 (Grade), 種別 (Category), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学年 (Year), 学体重 (Weight), スナッチ (Snatch), クリーン&ジャーク (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists athletes from various prefectures like 兵庫, 京都, 大阪, etc.

2009.01.18 徳島県徳島市

第9回四国高等学校選抜大会

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 学年 (Year), スナッチ (Snatch), クリーンリフティング (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists results for various weight classes and schools in Tokushima Prefecture.

2009.01.18~19 福岡県北九州市

第17回九州高等学校選抜大会

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 学年 (Year), スナッチ (Snatch), クリーンリフティング (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists results for various weight classes and schools in Kyushu Prefecture.

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 学年 (Year), スナッチ (Snatch), クリーンリフティング (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists results for various weight classes and schools in Okayama Prefecture.

2009.01.25 岡山県倉敷市

第11回中国高等学校選抜大会

Table with columns: 階級 (Grade), 順位 (Rank), 氏名 (Name), 都道府県 (Prefecture), 学校名 (School Name), 学年 (Year), 学年 (Year), スナッチ (Snatch), クリーンリフティング (Clean & Jerk), ベスト (Best), トータル (Total). Lists results for various weight classes and schools in Okayama Prefecture.

階級	順位	氏名	都道府県	学校名	学年	学体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト			トータル	
							1	2	3	1	2	3	S	順	C&J		順
77Kg	1	高原 康幸	熊本	天草高校	2	74.10	103	103	106	132	137	139	103	2	139	1	242
77Kg	2	比嘉 貴大	沖縄	那覇高校	2	75.85	102	105	105	130	137	135	105	1	137	2	242
77Kg	3	鬼塚 一平	大分	杵築高校	2	74.80	95	95	104	120	125	127	100	4	127	3	227
77Kg	4	下原 卓朗	鹿児島	川原町修徳高校	2	76.10	98	102	104	118	122	125	102	3	125	4	227
77Kg	5	田原 成也	熊本	天草高校	2	74.30	88	92	95	115	118	120	92	8	120	5	212
77Kg	6	笠寺 翔平	長崎	諫早農業高校	2	69.50	89	93	95	107	111	115	95	5	115	6	210
77Kg	7	古賀 寛治	長崎	諫早農業高校	2	73.65	90	95	98	110	115	118	95	6	115	7	210
77Kg	8	松本 竜一	大分	大分工業高校	2	73.95	90	93	95	108	112	112	93	7	112	8	205
77Kg	9	田中 雄也	福岡	八幡中央高校	2	74.20	85	85	105	110	115	112	85	10	110	9	195
77Kg	10	内嶋龍太郎	宮崎	小林高校	1	75.05	83	85	87	95	100	103	87	9	103	10	190
77Kg	11	種永 裕也	愛媛	喜多郡喜多郡高校	2	73.75	80	85	85	90	93	95	80	11	93	11	173
85Kg	1	仲里 偉人	沖縄	豊見城高校	2	83.50	90	95	100	125	130	135	95	4	135	1	230
85Kg	2	緒口 孝輔	福岡	八幡中央高校	2	82.65	90	95	98	120	123	126	98	1	126	2	224
85Kg	3	藤原 裕平	大分	大分工業高校	2	78.95	93	93	95	120	123	126	95	3	126	2	221
85Kg	4	長崎 裕也	長崎	諫早農業高校	2	82.50	88	88	93	115	120	120	93	5	120	4	213
85Kg	5	平野夏大朗	宮崎	小林工業小幡分校	1	84.70	93	96	98	113	117	120	96	2	117	5	213
85Kg	6	福田 大樹	大分	大分工業高校	2	80.55	88	90	92	108	110	113	90	7	113	6	203
85Kg	7	福田 憲	熊本	大分西高校	2	78.35	88	88	92	105	105	110	92	6	110	7	202
94Kg	1	朝倉 恭徳	福岡	九国大付高校	2	93.05	102	105	108	130	135	142	105	1	135	1	240
94Kg	2	長岡 幸一	大分	宇佐高校	2	88.60	96	99	101	123	127	130	101	2	127	2	228
94Kg	3	瀧野 保秀	長崎	諫早農業高校	2	88.25	82	85	88	100	106	108	88	5	108	3	186
94Kg	4	神谷 泰祐	沖縄	豊見城高校	2	88.45	80	85	90	100	105	108	90	4	105	4	195
94Kg	5	竹田 善彦	沖縄	小林工業小幡分校	1	93.70	80	84	87	103	108	112	84	6	108	4	192
94Kg	6	三浦 周平	大分	杵築高校	2	88.25	95	95	98	128	130	130	95	3	130	5	200
105Kg	1	上岡 一輝	沖縄	那覇高校	2	95.50	104	108	112	135	141	145	112	1	145	1	257
105Kg	2	大庭 英昭	福岡	八幡中央高校	2	103.45	80	85	90	110	120	125	90	2	120	3	210
105Kg	3	久保 健太	鹿児島	桂原高校	2	103.80	100	100	100	120	125	130	100	1	125	2	210
+105Kg	1	玉城 安剛	沖縄	小幡高校	2	139.30	110	115	121	CR	130	135	121	1	130	1	251
+105Kg	2	小野田幸広	大分	宇佐高校	2	118.55	85	90	93	115	120	123	93	2	123	2	216
+105Kg	3	松田 真也	大分	山香農高校	2	118.30	85	85	90	105	110	115	85	3	115	3	200
48Kg	1	米谷加奈子	福岡	八幡中央高校	1	46.70	46	49	52	60	63	65	52	1	63	1	115
48Kg	2	北崎 夏希	沖縄	豊見城高校	1	45.95	46	49	52	56	59	63	49	2	59	2	108
48Kg	3	玉城 夏希	沖縄	那覇高校	2	47.35	35	40	45	45	50	55	45	3	55	3	100
48Kg	4	北崎 結子	熊本	熊本第一高校	2	47.55	35	35	40	44	46	46	35	5	46	4	81
48Kg	5	上田紗也加	長崎	西彼農業高校	1	46.65	35	35	40	45	45	50	45	4	45	5	80
48Kg	6	松原叶奈恵	宮崎	小林工業小幡分校	1	46.75	28	30	32	35	37	39	32	6	39	6	71
48Kg	7	宮平 真夏	宮崎	名護南工高校	2	44.75	28	31	31	35	38	40	28	7	38	7	66
53Kg	1	浦 美咲	長崎	豊島高校	2	50.90	45	48	51	60	63	65	48	1	65	2	113
53Kg	2	森澤 浩	宮崎	富島高校	2	52.10	44	46	48	58	62	66	46	2	66	1	112
53Kg	3	上原 佑美	佐賀	那覇高校	2	49.75	40	42	44	48	50	52	42	3	52	4	94
53Kg	4	矢野 由歩	宮崎	富島高校	2	51.95	37	39	39	50	52	53	37	4	53	3	90
53Kg	5	露永 彪矩	長崎	西彼農業高校	1	48.80	33	35	38	45	45	48	35	5	42	6	77
53Kg	6	高瀬 清香	沖縄	豊島高校	1	51.40	26	29	31	40	43	45	31	6	45	5	76
58Kg	1	下村真智子	熊本	豊島高校	1	56.75	55	57	58	70	74	76	58	1	76	1	134
58Kg	2	比嘉 舞	沖縄	那覇工業高校	2	56.75	55	55	58	68	74	74	58	2	68	3	126
58Kg	3	宮城 里穂	沖縄	豊見城高校	2	56.05	50	53	55	65	70	72	53	3	72	2	125
58Kg	4	権岡 由子	沖縄	糸満高校	1	57.75	32	35	37	42	45	48	37	4	45	4	82
58Kg	5	上山 美咲	宮崎	高鍋農業高校	1	53.90	28	28	28	40	43	45	28	5	43	5	71
63Kg	1	神谷 歩	沖縄	豊見城高校	2	61.90	65	70	70	77	82	87	70	1	82	1	152
63Kg	2	豊原武 梓	沖縄	糸満高校	2	59.70	50	53	56	64	68	70	56	2	70	2	126
63Kg	3	坂下 愛加	福岡	八幡中央高校	1	59.10	46	50	53	58	61	63	50	3	61	3	111
69Kg	1	朝倉 真智子	沖縄	那覇高校	2	64.95	55	55	58	65	69	72	55	2	72	1	127
69Kg	2	七戸 美空	沖縄	豊見城高校	1	66.05	52	55	57	62	67	70	57	1	70	2	127
69Kg	3	坂岡あゆり	沖縄	那覇高校	1	65.20	50	50	53	62	65	67	53	3	65	3	118
69Kg	4	名取亜沙直	沖縄	名護商工高校	2	65.35	30	33	35	40	43	45	35	4	45	4	80
69Kg	5	佐藤清佳美	宮崎	高鍋農業高校	1	66.05	35	38	38	40	43	43	35	5	40	5	75
69Kg	6	佐藤 愛	宮崎	高鍋農業高校	1	67.40	33	35	39	45	48	48	35	6	48	6	80
75Kg	1	仲浦加菜子	沖縄	糸満高校	1	72.60	40	45	48	50	55	58	48	1	58	1	106
75Kg	2	仲浦 理香	沖縄	豊島高校	3	74.15	82	86	89	90	102	108	86	1	108	1	188
+75Kg	1	栗部 早貴	長崎	西彼農業高校	2	83.45	45	45	50	60	65	65	45	1	60	1	105

順位の欄の※印の選手は、記録挑戦会の3年生

JOCジュニアオリンピックカップ 第29回全日本ジュニア選手権大会

●平成21年3月7日(男子56Kg級～77Kg級・女子48Kg級～63Kg級)・8日(男子85Kg級～105Kg級・女子69Kg級～75Kg級)

●石岡市運動公園体育館

【男子】

56Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル	
				1	2	3		1	2	3	1	2	3				
1	糸数 勇輝	沖繩	豊見城高校	91	2	55.86	97	126	131	134	HR	102	1	134	1	236	HR
2	東門 勇輝	沖繩	豊見城高校	89	1	55.74	94	124	127	129	129	96	3	127	2	223	
3	赤嶺 直樹	分岐	九州国際大学	89	1	55.64	95	120	124	124	98	2	124	3	222		
4	村松 教大	宮城	金沢学院大学	89	1	55.78	92	114	114	115	92	6	115	4	207		
5	村上 上	富山	立命館大学	90	1	55.90	90	113	115	113	93	5	113	5	206		
6	村上 道人	富山	立命館大学	90	3	55.98	95	97	106	110	115	9	110	6	205		
7	河合 直樹	山梨	小椋高校	90	3	55.80	85	88	90	105	110	11	110	7	193		
8	高倉 玄尊	石川	津幡高校	91	2	54.04	80	85	110	112	112	8	80.8	105	7	185	

62Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	金城 誠丸	沖繩	豊見城高校	90	3	61.60	103	135	137	139	139	110	1	139	2	249		
2	安永 和詩	山梨	法政大学	89	2	61.12	105	133	137	139	108	3	139	1	247			
3	玉城 成一	沖繩	日本大学	89	2	61.62	103	107	107	107	105	107	10	105	4	241		
4	坂元 司	宮城	九州国際大学	89	1	60.36	96	100	103	125	130	100	5	130	5	230		
5	松岡 直人	岡山	九州国際大学	89	1	61.86	100	103	103	103	128	100	7	125	7	225		
6	早川 彰彦	大阪	大阪産業大学付属高校	92	2	61.24	95	100	100	100	128	130	9	95	8	223		
7	石井 政孝	奈良	大原高校	90	3	61.62	95	100	115	120	120	100	6	115	9	215		
8	洲崎 秀成	石川	津幡高校	91	3	61.70	90	93	93	93	118	122	125	9	122	8	215	
9	平良 朝太	沖繩	南部工業高校	91	3	61.60	106	108	110	135	135	110	2	135	4	—		
10	前田 祥平	石川	金沢学院大学	89	2	61.62	103	130	140	140	140	10	140	10	135	4	—	

69Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	金城 誠丸	沖繩	豊見城高校	90	3	65.92	112	142	146	154	154	117	2	146	1	263		
2	加藤 晴希	宮城	明治大学	89	1	67.04	110	115	118	140	145	118	1	145	2	263		
3	三田村和真	山梨	中央大学	89	2	68.86	108	111	140	142	144	111	7	144	3	255		
4	大塚 一樹	香川	早稲田大学	89	1	68.32	110	112	114	135	140	142	112	5	142	4	254	
5	武市 航大	大阪	明治大学	90	1	63.58	108	112	115	128	135	140	112	4	135	5	247	
6	下原 玄太	鹿児島	大阪商業大学	89	1	68.22	108	111	113	130	134	113	3	134	6	247		
7	原田 恭彦	早稲田	名古屋産業大学	89	1	68.22	100	105	110	130	135	135	10	130	7	235		
8	美島 純愛	知命	明治大学	90	1	68.60	100	105	108	130	135	135	10	130	8	235		
9	廣瀬 公治	山梨	立命館大学	89	1	65.32	99	104	104	124	128	128	10	124	9	228		
10	平本 衛治	長崎	早稲田工業高校	91	2	66.78	98	102	105	122	125	125	10	122	10	224		
11	出山 晋作	千代田	千代田工業高校	90	3	67.78	98	102	106	122	125	125	10	122	11	224		
12	本田 亮順	石川	津幡高校	90	3	68.82	103	106	108	130	130	130	10	130	11	224		
13	古賀 翔太	三重	名古屋産業大学	90	1	67.20	105	108	111	133	133	133	10	133	11	224		

77Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル	
				1	2	3		1	2	3	1	2	3				
1	白草 竜太	大阪	関西大学	90	1	74.02	123	123	127	155	155	127	1	155	1	282	
2	武井誠一	梨	早稲田大学	90	1	71.16	117	121	125	141	146	150	2	150	2	275	
3	安達 真弘	愛知	名古屋工業大学名譽高校	91	3	75.86	115	118	121	145	150	118	3	150	3	268	
4	金城 翔太	沖繩	金沢学院大学	89	2	74.32	105	105	110	135	140	145	10	145	4	250	
5	八巻 靖福	福岡	九州国際大学	89	2	73.38	105	107	110	138	141	146	10	146	5	248	
6	上島 晋作	長崎	九州国際大学	89	1	72.76	112	112	112	132	135	138	11	132	6	244	
7	前川 大輔	石川	金沢学院大学	90	1	76.12	105	105	110	135	140	141	10	141	7	240	
8	塚越 俊山	梨	中央大学	89	1	70.94	103	105	107	135	138	138	10	138	8	238	
9	西中 竜馬	石川	津幡高校	90	3	73.88	110	110	110	115	115	115	9	115	9	—	

85Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	平原 孝人	埼玉	早稲田大学	89	2	84.78	130	136	140	167	167	167	1	167	1	303	CR	
2	知念 辰吾	埼玉	自衛隊体育学校	89	3	84.20	120	118	125	160	165	125	2	165	2	290		
3	多和田真史	沖繩	糸満高校	90	3	81.62	113	115	122	145	150	118	3	150	3	288		
4	三浦 宏也	山梨	吉田高校	90	3	80.36	107	110	110	135	140	110	6	147	4	257		
5	茶山 幹仁	富山	中央大学	90	1	83.44	108	111	113	135	139	140	113	4	140	5	253	
6	比嘉 貴久	沖縄	那覇高校	91	2	77.76	107	110	112	128	128	135	110	5	135	6	245	
7	高田 慎弥	栃木	小山南高校	91	3	84.02	105	105	110	135	135	110	7	135	7	245		

94Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	加藤 温恭	福島	日本体育大学	89	1	88.96	115	120	122	145	150	155	122	2	155	2	277	
2	大村 祐之	京都	金沢学院大学	89	1	88.32	115	120	120	155	155	155	115	4	155	1	270	
3	浜田 幸一	石川	津幡高校	90	3	93.92	110	113	116	145	150	153	3	150	4	266		
4	本多 正典	熊本	大津高校天草西校	89	3	92.64	108	112	115	135	140	145	5	140	5	252		
5	星原 知輝	神奈川	法政大学	90	2	93.96	120	120	125	140	140	140	140	1	140	1	—	
6	後藤 祐也	岡山	平成国際大学	89	1	93.02	118	118	118	147	151	156	6	151	3	—		

105Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	白石 宏明	福岡	九州国際大学	89	1	94.80	132	135	138	177	183	185	135	1	177	1	312	
2	高橋 一平	滋賀	安曇川高校	90	3	100.08	118	124	129	163	170	177	124	7	176	2	300	
3	木塚 悠志	栃木	早稲田大学	89	2	103.98	120	125	128	168	173	173	128	4	168	3	296	
4	深澤 健二郎	山梨	法政大学	89	1	103.36	125	130	130	165	165	170	130	3	165	4	293	
5	佐藤 匠	佐賀	九州国際大学	89	2	100.54	130	133	133	155	158	163	130	2	163	5	293	
6	小林 克己	京都	加悦谷高校	90	3	95.08	125	130	130	155	160	165	125	5	160	6	285	
7	竹原 義博	福岡	若狭東高校	90	3	101.68	120	125	125	145	150	155	120	9	155	7	275	
8	藤原 和明	秋田	能代工業高校	90	3	102.06	110	115	120	146	150	155	120	10	155	8	275	
9	前田 拓哉	京都	法政大学	89	1	101.54	120	125	125	148	148	153	120	8	153	9	273	
10	中山 真弘	広島	府中東高校	90	3	101.82	125	130	134	140	148	150	125	6	148	11	273	
11	児玉 邦弘	石川	福島工業高校	90	3	104.32	113	117	121	150	155	157	111	11	150	10	267	
12	大島 昌士	石川	金沢学院大学	90	1	104.08	105	105	105	130	130	130	105	13	130	12	235	
13	上間 一輝	沖縄	那覇高校	91	2	96.88	105	110	110	140	140	140	105	12	140	12	235	

+105Kg級

順位	氏名	都道府県	所属	生学年			体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			S	O&J	トータル		
				1	2	3		1	2	3	1	2	3					
1	飯塚 亮亮	栃木	平成国際大学	89	2	146.30	122	127	131	162	168	175	131	3	175	1	306	
2	鈴木 匠平	群馬	日本体育大学	90	1	118.00	130	135	135	165	170	175	135	1	170	2	305	
3	高倉 雄大	分岐	中央大学	90	1	116.04	132	132	136	154	154	157	132	2	157	4	289	
4	李 在賢	北海道	平成国際大学	89	2	110.66	115	120	125	155	160	165	120	5	165	3	285	
5	英 一成	石川	金沢学院大学	89	1	113.08	115	121	125	150	150	157	125	4	150	6	275	
6	下村 裕太	宮崎	小椋工業高校	90	3	165.00	115	121	123	146	151	151						

58Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

63Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

69Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

75Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

最優秀選手

男子 56Kg級 糸数 陽一 沖縄県 豊見城高校
女子 53Kg級 長志聖美沙希 沖縄県 金沢学院大学

第24回全国高等学校選抜大会

●平成21年3月27日[男子53Kg級～62Kg級・女子48Kg級～53Kg級]・28日[男子69Kg級～94Kg級・女子58Kg級～63Kg級]
29日[男子105Kg級～105Kg級・女子69Kg級～75Kg級] ●金沢市総合体育館(金沢市)

【男子】

53Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

56Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

62Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

69Kg級

Table with 12 columns: Rank, Name, Prefecture, School, Birth Year, Weight, 1st Round, 2nd Round, 3rd Round, 4th Round, 5th Round, 6th Round, Total Points.

77Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 高原 康幸, 2 鬼塚 一平, etc.

85Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 仲里 優人, 2 比嘉 真大, etc.

94Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 藤谷 朝太, 2 西村 大輝, etc.

105Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 舟倉 隆生, 2 水上 貴史, etc.

+105Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 玉城 安剛, 2 高森 龍哉, etc.

【女子】

48Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 八木 かほろ, 2 玉城 夏樹, etc.

53Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 水落 穂南, 2 見附 紗希, etc.

58Kg級

Table with columns: 順位, 氏名, 都道府県, 学年, 体重, クリーン&ジャーク (1, 2, 3), ベスト (S, C&J, 順), トータル. Rows include 1 安藤美希子, 2 高岸 牙佳, etc.

63Kg級

順位	氏名	都道府県	学年	生体重	スナッチ			クリーン&ジャーク			ベスト		トータル
					1	2	3	1	2	3	S	O&J	
1	松本 翔輝	千葉県	92.2	61.25	70	73	75	88	90	92	75	92	167
2	神谷 歩	東京都	92.2	62.24	70	75	78	85	89	92	75	92	167
3	土井 夏実	東京都	91.2	62.59	63	66	67	75	78	78	67	73	145
4	空川 寛綺	東京都	91.2	58.86	58	61	64	75	78	80	61	5	141
5	金島 梨恵	東京都	91.2	59.09	52	55	57	73	76	80	57	8	137
6	柳川 夏子	神奈川県	91.2	62.69	60	62	64	72	74	74	62	4	134
7	喜屋武 祥	沖縄県	91.2	60.52	55	58	60	70	73	75	60	6	133
8	高部 真矢	山梨県	91.2	62.00	55	58	58	70	70	73	58	7	131
9	米田 真実	東京都	92.2	61.10	55	59	59	67	71	71	55	9	122

69Kg級

1	尾崎 都加	東京都	91.2	63.18	70	73	73	85	91	96	70	1	161
2	野原 智実	兵庫県	91.2	67.48	64	67	67	81	84	87	67	3	154
3	柏木 悠里	東京都	93.1	67.26	63	66	68	81	83	85	68	2	153
4	石岡 紗愛	群馬県	93.1	65.89	61	64	66	78	83	85	66	4	151
5	知念未可子	沖縄県	91.2	66.57	58	61	63	70	72	74	61	6	135
6	佐藤奈緒美	福岡県	91.2	67.21	60	65	65	68	70	70	65	5	133
7	七戸 美空	沖縄県	93.1	67.62	60	64	64	68	72	74	60	7	132

75Kg級

1	尾崎 妹加	東京都	91.2	69.27	70	75	75	85	90	95	75	1	165
2	吉織 友賀	兵庫県	91.2	72.77	50	53	57	69	74	74	57	3	131
3	梅本 欽京	東京都	92.1	69.20	60	60	62	68	70	70	60	2	130

+75Kg級

1	藤田真奈美	兵庫県	91.2	81.24	75	80	83	95	100	106	83	1	183
2	山帝 朱美	群馬県	92.2	83.60	67	67	70	87	90	92	70	3	160
3	糸満 みや	沖縄県	91.2	85.19	70	73	76	75	80	83	73	2	156
4	永井 愛理	愛知県	91.2	105.86	61	63	65	82	85	87	65	5	152
5	澄田 美輝	香川県	92.1	75.91	62	65	66	75	78	78	65	4	143
6	澄田 依紀	東京都	91.2	98.46	58	58	60	73	73	75	58	6	131

最優秀選手 男子：62Kg級 糸数 陽一 沖縄県 豊見城高校
 女子：48Kg級 八木かたえ 兵庫県 須磨友が丘高校

(社) 日本ウエイトリフティング協会賛助会員の募集について

平素より、当協会の各種事業展開に格別の御高配を賜り感謝申し上げます。
 昨年在北京オリンピックでメダルこそ取る事ができませんでしたが、女子チームにあっては全員入賞。男子チームも56kg級の山田選手が日本新記録で第9位に入るなど健闘致した幸いです。これもひとえに皆様のご支援の賜ものと御礼申し上げます。

さて、今年11月に韓国で開催の世界選手権大会で3年後の「ロンドン五輪」出場の枠取り大会が始まります。

気持ちを引き締め、3年・7年後の選手強化に推進する所存であります。

つきましては、選手強化に伴う財源確保のため、定款第5条・第6条・第7条による賛助会員への加入について、下記により格段の御配慮をお願い致します。

平成21年4月

社団法人 日本ウエイトリフティング協会
 会長 飛田秀一

記

- | | |
|--------|--|
| 1 賛助会員 | 定款第5条2号 (この法人の事業を援助する個人又は法人) |
| 2 賛助会費 | 定款第7条2号 (1口10,000円、1口以上) |
| 3 入会手続 | ①郵便振替払込取扱票により、最寄りの郵便局で払い込みますと、自動的に入会手続きとなります。
②直接加入申し込みする場合は、下記までお願いいたします。
〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1 岸記念体育館内
(社) 日本ウエイトリフティング協会 TEL03-3481-2359 |

払込取扱票

00	口座番号		百	十	万	千	百	十	番	金額	千	百	十	万	千	百	十	円
0	0	1	4	0	4	1	2	9	5	7	6							
加入者名	日本ウエイトリフティング協会 賛助会員係										料金	特殊取扱						
通	信																	
ご依頼人	おとところ (郵便番号)										受付局日附印		様					
	おなまえ																	
	(電話番号)																	

名票の捺印欄は、ご依頼人において記載してください。
 裏面の注意事項をお読みください。(郵政省)
 これより下部には何も記入しないでください。

払込金受領証

口座番号	0	0	1	4	0	4		
	百	十	万	千	百	十	番	
	1	2	9	5	7	6		
加入者名	日本ウエイトリフティング協会賛助会員係							
金額	千	百	十	万	千	百	十	円
ご依頼人	おなまえ						様	
料金	(消費税込み)						受付局日附印	
円								
特殊取扱								

記載事項を訂正した場合はその箇所に訂正印を押してください。
 切り取らないで郵便局にお出しください。

WEIGHT LIFTING

会報 4月号 「リフターの声」

このページを切り取って、FAXしていただくか郵送してください。

FAX番号 日本ウエイト協会 03-3481-2394

* 「ウエイトリフティング会報」に関するご意見・ご希望・取り上げてほしい話題・身近な良い話題など
どのようなご意見でもお寄せ下さい。

切
り
取
り
線

* 今月号で興味深かった記事をあげて下さい。

「 _____ 」 「 _____ 」 「 _____ 」

* 取り上げてほしい人（ウエイト部内・部外は問いません）

・ 人名又は団体名

・ どんなテーマで取り上げてほしいか

「 _____ 」 「 _____ 」 「 _____ 」

* これから取り上げてほしいテーマは

「 _____ 」

住所・電話 〒 _____

TEL _____

FAX _____

氏名 _____

(_____) 歳

職業 _____

伊豆奥下田 飲泉・自家源泉かけ流しの宿



観音温泉

強アルカリ(pH9.5)

で超軟水、極上の泉質

大自然の麓で汗を流し、
温泉で疲労回復、飲泉で体内リフレッシュ!



ウェイトリフティング場



大総檜風呂

爽やかな汗をかき極上の湯につかると、筋肉疲労を和らげ、練習効果を高めます。ウェイトリフティングはもちろん、武道、各種スポーツ、エアロビクスなど、さまざまな合宿にご利用いただける充実した体育施設をご用意しております。



武道館

武道館(1階:120畳)

体育館(2階:22m×44m×7m)



体育館

《ご宿泊》

人数、メンバー構成に合わせて快適にご利用いただけるよう、個室から合宿用客室までご用意しております。

観音温泉

KANNON
hot spring

フリーダイヤル 0120-01-9994

〒413-0712 静岡県下田市横川1092-1

TEL:0558-28-1234/FAX:0558-28-1235



最高の施設と環境が提供できます！
体育館併設・天然温泉・屋内外プール・天然芝グラウンド



ニュー・グリーンピア津南 〒949-8313 新潟県中魚沼郡津南町秋成 12300
合宿担当：上村

TEL025-765-4944 FAX025-765-4620

hp <http://www.green-pia.com/tunan>

平成21年度（社）日本ウエイトリフティング協会 会報の広告募集について

平素より、格別の御高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

本協会は、諸事業を推進するために弛まない努力をしておりますが、競技力向上にあつては、世界のスポーツ競技水準は目覚ましいものがあり、オリンピック大会等での国際大会で優秀な成績を収めることは、極めて難しくなっている状況です。

そこで、各企業からの広告協賛金を募り、財源基盤として有効活用し合宿費や強化の補助費として、広告で協賛金を募集して支援を賜りたいと存じます。

趣旨御賢察のうえ、下記により格段の御協力を賜りたくお願い申し上げます。

記

- 1 掲載誌 平成21年度（社）日本ウエイトリフティング協会会報
(8月号、1月号、3月号、年鑑号の計4回発行)
- 2 体裁部数 会報機関誌での広告としてA4版 白黒色 600部～800部発行
- 3 契約の種類 ◎ 年間契約（年4回発行の掲載） A、1ページ広告（10万円）
" B、半ページ広告（5万円）
◎ 1回契約（指定の月号） C、1ページ広告（3万円）
" D、半ページ広告（1.5万円）
- 4 申込先 〒150-8050 東京渋谷区神南1-1-1
(社)日本ウエイトリフティング協会 宛
TEL 03-3481-2359
FAX 03-3481-2394
Eメール weightlifting@japan-sports.or.jp

記号説明

新記録

- WR : 世界新記録 (new World Record)
JWR : ジュニア世界新記録 (Junior new World Record)
AR : アジア新記録 (new Asian Record)
JAR : ジュニアアジア新記録 (new Junior Asian Record)
NR : 日本新記録 (new japan National Record)
JNR : ジュニア日本新記録 (Junior new japan National Record)
UR : 大学新記録 (new University Record)
HR : 高校新記録 (new senior Highschool Record)
MR : 中学新記録 (new Middle school Record)
CR : 大会新記録 (new Competition Record)

タイ記録

- WS : 世界タイ記録 (World Record Same)
JWS : ジュニア世界タイ記録 (Junior World Record Same)
AS : アジアタイ記録 (Asian Record Same)
JAS : ジュニアアジアタイ記録 (Junior Asian Record Same)
NS : 日本タイ記録 (japan National Record Same)
JNS : ジュニア日本タイ記録 (Junior japan National Record Same)
US : 大学タイ記録 (University Record Same)
HS : 高校タイ記録 (senior Highschool Record Same)
MS : 中学タイ記録 (Middle school Record Same)
CS : 大会タイ記録 (Competition Record Same)

ウエイトリフティング No. 103

(社) 日本ウエイトリフティング協会会報

発行日 平成21年4月

発行者 (社) 日本ウエイトリフティング協会

〒150-8050 東京都渋谷区神南1-1-1

岸記念体育館内

TEL 03-3481-2359

FAX 03-3481-2394

Eメール weightlifting@japan-sports.or.jp

編集責任者 専務理事 篠宮 稔 記 録 笠原 達夫

編 集 長 松尾 謙資 副編集長 野呂記代志

関東地区 宮田 秀樹 関西地区 上田 貢 九州地区 福田登美男

—メモ—

UESAKA

OFFICIAL BARBELL



公認



認定工場
INTERNATIONAL WEIGHTLIFTING
FEDERATION

国際ウエイトリフティング連盟認定工場
日本ウエイトリフティング協会公認器具製造販売
日本アマチュアボクシング連盟
日本体操協会器械器具
日本バスケットボール協会施設 } 検定工場
日本バドミントン協会
日本ハンドボール協会
日本陸上競技連盟検定品製作

製造元



上坂鉄工所

本社 〒130 東京都墨田区本所4丁目28番8号
電話 (03)3622-8171(代表)

販売元

(株)ウエサカ ティー・イー

代表取締役 鈴木 義夫

〒130 東京都墨田区本所4丁目28番8号

TEL (03)3622-8171 FAX (03)3622-8175

振込銀行 さくら銀行 本所(当)57201



末續慎吾 (ミズノ)

北島康介 (日本コカ・コーラ)

松井秀喜 (New York Yankees)

中村憲剛 (川崎フロンターレ)

室伏広治 (ミズノ)

福原愛 (ANA)

飯島茜 (TOTO)

野村忠宏 (ミキハウス)

越川優 (サントリーサンパース)

全力を引き出す
 機能
 を生み出すために、ミズノは長
 年にわたりトップアスリートの
 進化とともに技術力を磨いて
 きました。勝利への果てなき挑
 戦を確かな技術で支えるため
 に、ミズノは「最先端テクノロジ
 ーの追求」という挑戦にこだわ
 り続けています。勝利、記録、
 そしてスポーツを愛するすべて
 の人々の想いを支えるミズノの
 挑戦
 は終わらない。



Major League Baseball trademarks and copyrights are used with permission of Major League Baseball Properties, Inc.

J.LEAGUE PHOTOS