

2017 NAVIブロック・フルーレ和歌山 報告

(公社)日本フェンシング協会
育成・普及委員会



当事業の謝金、旅費、使用料の一部は
スポーツ振興くじ(ToTo)の助成によって
まかなわれています

1. 期 日 11月17日(金)～11月19日(日)
2. 会 場 和歌山県立和歌山東高等学校
〒640-8312 和歌山県和歌山市森小手穂136 Tel 073-472-5620
3. 参加者 25名 競技者 24名(女子-12 男子-12) 指導者 1名(女子-1)
4. 指導講師
フランク・ボアダン(FJE専任コーチ) 管原智恵子(FJE専任コーチ/オリンピック)
西口 治伸(和歌山県F協会) 松岡 慧(FJEU20コーチ/秋田県F協会)
西口 美和子(和歌山県F協会/オリンピック) 中田浩司(通訳/兵庫県F協会)
山口 徹(FJEU20コーチ/和歌山県F協会) 岩間秀子(FJE育成委員/オリンピック)
鳥居久展(角谷整形外科病院/公認AT) 村上知子(公認スポーツ栄養士)

【1日目】 講義①アスリートに必要な栄養補給 講義 ②スポーツを守る(アンチ・ドーピング)

【2日目】 ①フェンシングに必要なウォーミングアップの実践
肩甲骨を意識したストレッチを実践してみる
ケガを防止するためにも柔軟な体づくりがたいせつ



②フェンシング実技
有効な間合—その1
テンポやタイミングを変化させて
ストレートでフィニッシュを決める

③フェンシング実技
有効な間合—その2
剣での防御無しのファイティング



講義③ フランクコーチへなんでも質問
中田さん通訳で活発な質疑応答

- ・日本のフェンシング技術は世界でもトップだが教科書通りで決闘には向かない
- ・目標設定は高すぎず低すぎず、少し難しい目標をクリアしていく
- ・相手を尊敬することも大切 そのうえで恐れず相手をやっつける
- ・(かわいい)パンダではなく(獯猛な)ライオンになれ！



【第3日目】

総当たりでの試合練習

東選手(和歌山北高3年)が男子
トーナメントに参戦しました

ファイティングごとにコーチから
アドバイスがありました



【参加者のこえ(アンケートより)】

- ・他県の選手とたくさんファイティングができた。
- ・日本代表の選手たちのスキルと取り組みの意識の高さを感じた
- ・ナショナルチームのコーチに審判をしていただきフレーズの厳しさを感じた
- ・栄養やドーピングについての的を絞って講義が非常にわかりやすかった
- ・たくさんのプレイヤーとファイティングができ経験値があがった
- ・マルシェの「マ」で相手を見て判断すること。ファイティングで14m使うこと(広くつかう)
- ・ただフェンシングのプレーをするだけでなくそれにつなげるためにはどういうウォームアップが必要
- ・日本トップの先生方が質問に答えてくださったり動いて(見せて)教えてくださった
- ・自分が知らなかったことや海外のフェンシングのことを知ることができた
- ・団体戦もやりたかった(意見多数)

参加者アンケートでは全選手から「このようなキャンプをもっともっと増やしてほしい！」との要望がありました