

## 2022 年度中学生フルーレ海外派遣国内代替キャンプ報告書

実施日 2022 年 8 月 20 日（土）～8 月 23 日（火）

会場 星槎レイクアリーナ箱根  
神奈川県足柄郡箱根町元箱根 164-1

宿舎 流星館（新館）  
神奈川県足柄下郡箱根町仙石原 817-255



## 1. 参加選手

	性別	氏名	所属
1	男子	西村 健也	富山パレスフェンシングクラブ
2		加藤 琉亜	KIRI.JR.フェンシングチーム
3		田中 遼大	鳥取ジュニアフェンシングクラブ
4		北川 獅旺	大垣クラブ
5		羽田 光洋	鹿児島南クラブ
6		前田 将志	東京ガーデンフェンシングクラブ
7		志賀 世怜	沼田フェンシングクラブ
8		幸田 朋優	法政大学第二中学校
9	女子	今村 文音	京都きつず
10		高木 優希	香川ジュニアフェンシングクラブ
11		西田 真穂	八王子フェンシングクラブ
12		井下 愛莉	札幌大谷中学校
	スタッフ		
1		江村 宏二	エクストリーム・スポーツ
2		オレグマツエイチュク	エクストリーム・スポーツ
3		斉藤 三枝子	ミニム委員
4		小林 慧	ミニム委員
	栄養講師		
1		上村 香久子	フリーランス/全日本柔道連盟委嘱スタッフ

## 2. 技術指導

### ○フットワーク

- ・全体でアップ
- ・前足と後足のバランス
- ・ディフェンス時の体重の移動  
前足に体重を乗せて下がり遅れない  
手を25%前に出してプレッシャー
- ・2人組でディスタンス維持  
マルシェとロンペ、緩急をつけてリズムを変える  
少し距離を近くして下がり遅れない
- ・プレパレーションを意識してチャンスでフロント  
プレッシャーをかけながら詰める  
崩れたところで打つ



## ○レッスン

- ・ 8つのガードポジション

主にカルト・セプティム・シクスト・オクターブ

- ・ ガードポジションを変えずに半円を描くようにディガジェ
- ・ 2人組でディスタンスを意識した練習

(例) 近い距離と遠い距離で突く→怖がって手を最初から引かない

- ・ 緩急を使った練習

(例) 短いフォント・長いフォントの使い分け



## ○個人戦

- ・ 試合当日を意識したアップ

試合開始1時間前にアップ開始



## 3. コロナ感染予防について

- ①合宿の前後 2 週間の体温と行動を「体温記録表」に記録する。
- ②37 度以上の発熱、体調の悪化がみられる場合は参加できない。
- ③合宿中、手洗い、うがいの徹底をする。
- ④練習あるいは自室待機中以外はマスクを着用する。
- ⑤私物を共有しない。(タオル、衣類、飲み物等)
- ⑥ 部屋の移動をしない。
- ⑦合宿途中体調不良となった場合、保護者に連絡し帰宅できる体制を事前に整える。

## 4. 合宿中のコロナ感染について

・合宿3日目の練習前の体温チェックの際に、体温が38度Cを超える選手が出たため全員に抗原検査を実施した。その後、発熱した選手及び同部屋の選手を、コーチが病院まで引率。病院で検査を行った。PCR検査で陽性と判定されたため、直ちに練習を中止し全員ホテルで待機となった。残っていた選手のうち、喉に違和感があると申告した選手がいたため、病院でPCR検査を受け4日目に陽性判定を受けた。4日目(最終日)の練習は座学に変更し予定通りの時間にキャンプ終了とした。

合宿期間中にPCR陽性判定を受けた選手が2名となり、いずれも保護者が現地まで迎えにきて帰宅した。

また、合宿後に発熱した選手が1名おり、陽性判定を受けたと連絡があった。

PCR陽性者が出たが、事前に受け入れ病院を確認して置き、協会事務局及びキャンプ担当者と連絡を取り合い適切な処置を講じられた。

## 5. 所感

本来であれば海外遠征に派遣するはずであったが、新型コロナウイルス感染状況から海外派遣代替えとして今回も合宿を行った。男女合せて12名の参加となったが、トップコーチからの指導を受ける機会はなかなかないため、選手1人1人が真剣に課題に取り組んでいた。

今回の合宿は試合前のアップの行い方から指導があり、フットワーク、レッスン、個人戦と試合当日を意識させる内容となっていた。

トップコーチの経験から基本動作指導から始まり、ファイティング時の間合いの詰め方や緩急の使い方、剣の操作方法などが主になっていたと感じた。

なお、練習中や練習後にコーチに言われたことや自分が思った反省など、メモに残すように指導を行ったことで、メモに残し練習前に見直してその日の練習に活かしている選手が見受けられたのは選手自身の意識の変化の表れだと感じた。

また、全国から選抜された選手だけの合宿であったが、選手同士でコミュニケーションを取り良好な友人関係を築いていたように感じた。

コロナ禍であり、終息にはまだまだ時間がかかりそうであるが、こういった合宿は選手にとってもコーチ陣にとっても貴重な機会だと感じ、次は海外の選手達と剣を交えられることを祈っています。

報告者 小林 慧