



佐渡一毅 の ドレッサージュトレーニング

2018年10月～2019年3月

vol.09

2018年はアジア大会と世界選手権という2つの大きな大会を経験しました。次は東京オリンピックです。最大の目標に向かって、出場最低基準をクリアし、さらに代表チームに入るためには技術を磨き、経験を積んでいかなくてはなりません。

◆ トレーニング

効果的な脚扶助

Baroloとともに参加した世界選手権ではいろいろな課題が見つかりました。競技終了翌日、トライオンの会場で、ピアッフェが動かなかったことも踏まえて「もっと馬を自由に動かせる方法はないのか?」と考えながら、Baroloの運動を行なっていました。確かにBaroloは動きがスローで脚に対して敏感ではない部分もありますが、世界選手権に出場していた70頭近い馬の中で、その問題を抱えているのがBaroloだけだとは考えられません。自分より上位の馬の中にも、Baroloよりも鈍い馬は存在していました。それでも見る限り、一生懸命推し込んで乗っている選手はおらず、多くの推進扶助を必要とせずに騎乗しているように見えました。この技術の差が、今の私と世界で通用するライダーの大きな差であるように思います。

もちろん単純に「脚で圧迫する力」が強く、馬にかなりのプレッシャーを与えられる選手もいると思います。しかし、それだけではなく本物のトップライダーは「馬をまとめておく技術」が優れています。騎乗者のシート・脚・拳が連動して馬に働きかけつつそれが独立し、それぞれの場面で有効な使い方ができる、馬のリズム、リラックス・柔軟性、コンタクト・透過性、エネルギー・弾発、真直性、収縮、全てをコントロールできる感覚が優れているのだと思います。そしてそれは、私が持っている今の技術や想像しているものはるか上のレベルにあるように感じます。どんな馬でも全てがまとまってさえいればエネルギーは馬体の中に循環させることができるので、新たに脚を使って推進力を足す必要がないからです。その技術を身につけ私自身をレベルアップさせることができ、この先一番必要であると感じました。

幸いなことに、トレーナーのImkeはそのレベルの騎乗者であり、私は彼女の騎乗を毎日目の前で見る機会があり、彼女の指導を受けることができます。必ず彼女の指導の中にそのヒントが隠されており、もしかしたら毎日答えを言ってくれているのかもしれません。そこで、彼女が今回の世界選手権で指摘してくれた課題と、自分がその要求に応えられなかつた部分を再度見直してみることにしました。

まず、彼女が最も口を酸っぱくして言っていたのは「コネクション」です。これは上述の「馬をまとめておく」ということです。今までそうでしたが、馬の調子が良い時はまとまりやすく、調子が良くないときは内にこもった時には「馬が長く」なってしまっていました。身体的な異常がある場合を除いて、いつも馬をまとめて前後につなげられるようにならなければなりません。

次に「収縮常歩」です。Baroloの収縮常歩はクリアな4ビ

トではない上に、手綱を短く持つとスローになりやすく、脚を使つても動けない状態になってしまいます。収縮常歩も必ず速歩や駆歩と同様にそのクオリティを良くすることができるとImkeは言います。

そして最後に、コネクションと収縮常歩を改善するために最も基本的な練習として、「常歩中にたくさんの移行運動」をするように言っていました。中間常歩→停止→中間常歩→収縮常歩→停止→中間常歩……といった具合に、ただ常歩で歩くのではなく、その中で色々と遊ぶことで馬に人の扶助に集中させ、敏感にさせ、いつもまとまった状態でないといけないと働きかけるようにと指示がありました。

私は、この「コネクション」「収縮常歩」「常歩での移行」の3点について、明確な正解が見つけられませんでした。そこでまずは「常歩での移行」に着目しました。その中で「扶助に対する馬の反応の速さ」を重要視し、また「脚の使い方」を変えてみました。「扶助に対する反応の速さ」は、停止の扶助を出したらすぐに停止、脚を使ったら1歩目から反応させるといったように、当たり前のことですが、扶助→その瞬間に実行という反応の速さにこだわり、移行に時間をかけないようにしました。「脚の使い方」は、ふくらはぎではさんでも反応がなかった場合、第2段階として「ひざではさまないように太ももはリラックスさせたまま、拍車で馬の腹をこする」、それでも反応がないときは第3段階として「そのまま拍車をさす」、それでも反応がない場合は「軽く蹴る」→「反応するまで蹴り続ける」というものです。「拍車でこする」というのは、たとえば輪拍を使っているならそれを皮膚の上で転がすというものです。馬の腹を持ち上げて背中を盛り上がらせるイメージで使います。

この2点を意識して常歩での移行運動を行いました。良い状態の中間常歩をキープしたまま移行運動を繰り返すと、2つの変化が見られるようになりました。ひとつは、速歩や駆歩で馬のコネクションをキープすることが簡単で、乗りやすくなってきたことです。もうひとつは、収縮常歩でも馬を脚の前に置いておける割合が増えて4ビートに限りなく近い収縮常歩ができてきたことです。このトレーニングによって、新たな技術と感覚を手に入れることができたと感じています。

また、この常歩の移行運動を行なった後にはコネクションが改善され、コンタクト・脚への反応が良くなり、速歩や駆歩運動でのベースや移行運動も改善されました。さらにピアッフェが簡単にできるようになりました。

グラウンドワーク

ベースの向上によってパッサージュ・ピアッフェも良くなってきたが、オプションとしてグラウンドワーク（徒歩作業）でのトレーニングも行なっています。この厩舎（Academy Bartels）にはグラウンドワーク専門のスタッフがあり、最初は週3回鞍をつけずに頭絡（水勒）のみでのグラウンドワークを2

週続け、馬が長鞭や人の合図を理解してたら、騎乗して下から助けてもらうトレーニングを始めます。このトレーニングも非常に有効で、騎乗していて成果が感じられます。



▲初めは鞍をつけずに頭絡のみ



▲馬が合図を理解したら騎乗して下からサポートしてもらう

◆ 競技会

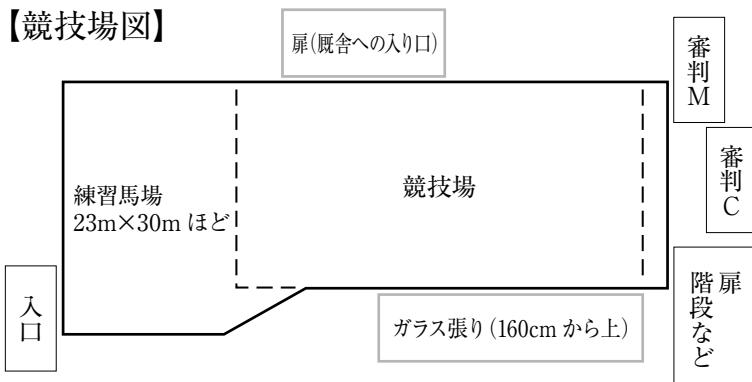
インドア競技会

ヨーロッパでは11月にはインドアシーズンに入ります。シャイな Barolo はインドアでは内にこもってしまうところがありますが、今の Barolo がインドアにどの程度対応することができるのか、また、日頃のトレーニングの成果を確認するために練習競技に出場しました。練習競技なので成績は出ませんでしたが、世界選手権以降の2ヵ月間のトレーニングの成果が見られる内容でした。脚扶助に対する反応も良く、インドアでも内にこもることはなく、普段通りの精神状態を保つことができました。トレーナーの Tineke と Imke からも「ベースの動きとコネクションについて改善が見られた。ピアッフェは十分なエネルギーが馬にあって、コネクションも保てていた」とのコメントをもらうことができました。

その1ヵ月後にはナショナルの競技会に出場しました。どの程度トレーニングをすれば調子が上がりやすいかというパターンがわかつたので、スムーズに調整を行うことができ、その結果として好調をキープした状態で臨むことができました。この会場はインドアアリーナの構造が特殊で、1.5階ほどの高さにある C の審判席への出入りのための階段や扉があり、また会場の壁には厩舎に繋がる扉があつたり、反対側にはレストランがあつてガラス張りになっていたりと、馬が物見しやすい環境でした。Imke も以前にここで馬が物見をして180度反転したことがあるそうで、初見の馬には簡単ではない環境でした。

Barolo にとって内にこもりやすい狭い馬場だったので、休憩中に曳き馬を行なって馴致をしました。そのおかげで、競技場に対しては少しの物見で抑えることができて、競技には大きな

【競技場図】



影響を与えずに済みました。

練習馬場は狭く、さらに常時5~7頭が運動しており、ここで Barolo が委縮してしまうことが一番の心配でした。しかし、練習馬場に入った時の馬の反応は普段とほとんど変わらず、この状態なら大丈夫だと手応えを感じることができました。狭い馬場でたまに対向馬に委縮する場面がありながらも、うまく運動を組み立てることができました。バッサージュとピアッフェでは7点が多くつき、駆歩の2歩毎では8.5点、歩毎は8点をもらうことができましたが、ピルエットと伸長速歩でやや評価が低く、収縮常歩で私が反応を求めて一度使った脚扶助でリズムが一瞬乱れて5点となっていました。結果としては68.59%で8頭中1位となりました。

Barolo と競技に出場し始めた時には、この馬でインドア競技は無理なのではないかと思うほどのシャイな馬でしたが、1年間たくさんの競技に出て積んだ経験は馬に自信を与えてくれました。そして、少なからず私も馬に自信を与えるような乗り方ができるようになったのではないかと思います。この2回のインドア競技会出場で、インドアでも対応できるようになった自信が得られました。

◆ FEI Short Grand Prix について

2018年10月に、従来のグランプリを短縮した《ショートグランプリ》が FEI によって新設されました。12月の CDI-W London でパイロット版 (Short Grand Prix CDI-W London Olympia(Pilot 2018)) が実施されると発表があり、ヨーロッパの馬術界で話題となりました。従来行われていた初日のグランプリを短縮することで、短縮された時間を利用してライダーへのインタビューの時間を設け、よりエンターテインメント性を持たせ、より観客が楽しめるようにすることが一番の目的のようです。それに付随して初日の運動への負担が軽くなり、競技会としては2日目の自由演技により重点が置かれるようになっていることです。

その初の試みが London Olympia Horse Show の CDI-W London にて行われました。1人馬が終了するごとに選手は馬をグルームに預け、馬場の中央でインタビュアーからの質問を受け、その後に中央上部に吊るされているモニターに得点が発表されます。モニターには1名ずつジャッジの顔写真とともに得点が発表されていく、そのたびに観客からは歓声が上がってきました。個人的には、観客にとってはわくわくする演出だと思いました。また、審判員にとっては、自分の顔と点数がうつし出されるので、より責任感を持って正しいジャッジをすることが求められるのではないかでしょうか。

一方でテストの内容については、あまり肯定的な意見が出ていません。多くの著名な選手が意見を述べていますが、その多くは「グランプリで求められる馬の調教進度をテストするものとしては不十分である」というものです。停止・後退、常歩からのバッサージュ・ピアッフェなどが含まれておらず、グランプリならではの難しさ、正し

い調教の成果として見せるべき運動がないテストだと言われています。また、運動に対する準備の時間が極端に減っており、

それでは馬とのハーモニー・リズムといった馬の本質的な動きを運動の中で見せるには適していないとの意見もありました。

Imkeはこの競技にインタビュアーとして呼ばれ、演技をライブで見て選手の話を聞いてきました。多くの選手が「難しい」と言っており、リズムを作りきれずに演技をしている選手が多くいたようです。Imkeは「グランプリもグランプリスペシャルも最初は誰にとっても難しいテストのはずだけれども、何十回も踏んでいるうちにそれほど難しく感じることなく踏めるようになってくる。今回のテストも何度もやっているうちに普通になってくるはずである。大事なことは新しいことをやろうとすることではなく、正しいグランプリの調教を積み、普通に経路を回れるようになる経験を積むことだと思う」と選手目線でのコメントをしていました。

(※Short Grand Prixは改訂されて、最新版はEdition 2021-update 2022となっています。このテストが使われるるのはCDI-W限定で、2023-2024シーズンにおいては、各地の予選大会では主催者が通常のグランプリかショートグランプリのいずれかを選択することができ、ファイナル大会では通常のグランプリで実施することが決まっています)

馬場馬術用馬専門オークション

2019年3月30日（土）にAcademy Bartelsで馬場馬術用馬専門のオークションが行われました。そこに上場されるグランプリクラスの12歳の牝馬に乗せてもらえることになり、オークションに向けた準備やプレゼンテーション（馬見せ）、クライアントの下乗りなどを経験することができました。このような大きなオークションでは「商品である馬を売らなければならない」ため、その馬に乗るチャンスは与えられないことが普通ですが、今回は貴重な機会をいただき、普段とは違った緊張感を持って取り組むことができ、良い経験となりました。

私が騎乗することになったのはオークションの1週間ほど前だったので、馬の問題点を把握してそれを少しでも改善して、その問題点を出さないように努める姿勢で臨みました。このオークションでは1週間前からお客様が試乗に来ます。お客様が見たいレベルの馬を数頭セレクトして順番に見せていくシステムです。しかし、せっかく準備しても乗ってもらえないことや、前

選手の写真（右下）の上に5人のジャッジの写真と点数が映し出される

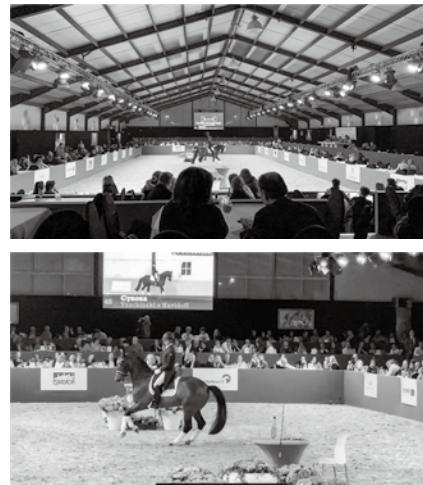


の馬の試乗が長引いて1時間も待たされたり、21時に試乗を行なったりと、普段では起こり得ない状況もありました。しかし、馬を売るということはそんなに簡単なことではなく、たくさんの苦労があることを知りました。

試乗会の合間の26日（水）にはプレゼンテーションが行われました。オークションと同じ会場で馬を見せるもので、1頭あたり3~4分の持ち時間で、それぞれのレベルに見合った運動を見せてていきます。購買意欲のある人はここで馬の動きや状態を生で見てチェックできるということです。私の担当馬は連続踏歩変換に問題があり、そのことは試乗に来たお客様には伝えていたため、プレゼンテーションでは、できる運動で良いものを見せるようにしました。会場への馴致を含め、できる限りの準備をしてベストパフォーマンスを見せられるように、トレーナーや厩舎スタッフ、獣医師などがチームで取り組んでいました。

試乗やプレゼンテーションを経て、30日（土）がいよいよオークション本番でした。15時から厩舎を開放して馬の様子が見られるようにし、16時からは前回よりも短い1分半のプレゼンテーションがあり、私の馬はバッサージュ、ピップフェ、ピルエットなど得意な運動だけを見せて終了しました。全部で40頭以上の馬を見せて、その後にオークションというタイトなスケジュールでしたが、裏方のスタッフは慣れたもので、非常に手際よく馬の準備や会場アナウンスを行なっていました。特にグループは10人ほどしかいないのですが、時間に遅れることなく希望通りのタイミングに馬装をしてくれていました。オークションも無事に終わり、私の担当馬も落札されて新しいオーナーの元に行きました。

オークションを見て、購買者が馬をよく見ていて必要以上の値段で買うことがないのだと思いました。さすがヨーロッパと言うべきか、購買する側も素人ではなく、よく馬を見ることができる人たちの集まりなのだと改めて感じました。私もこのような経験を通じて「適正な値段」を見極められるようになりたいと感じました。



▲オークションの様子。購買者席はソールドアウト。