

いよいよ東京オリンピックのプレシーズンとなりました。Barolo とのコンビをより深めて、トレーニングでは様々な課題克服に取り組み、また、競技においてはオリンピックの MER（出場最低基準）取得も目指していかなければなりません。

❖ オリンピック MER について

日本は開催国のため自動的に団体出場枠が与えられています。出場するためには人馬のコンビネーションで一定の成績を出さなければならず、それが MER です。東京オリンピックに向けては、2019年1月1日から2020年5月18日までに開催される異なる2つの CDI3* 以上の競技会において、グランプリ課題で最終得点率（全審判員の平均）および5スター審判員（※）の得点率の両方が66%を超えると MER を取得できます。また、5スター審判員と選手の国籍は異ならない必要があります。※5スター審判員：国際馬場馬術審判員の中で最高位。2023年にカテゴリーが変更されて「5スター」から「レベル4」という名称になった。

❖ 練習競技会

ヨーロッパでは数多くの練習競技会が開催されますが、4月に Barolo と参加した競技会は5スタージャッジの Mariette Sandres さんが審判をしてくれました。5スタージャッジは人数が少なく、普段は CDI 競技の審判で世界中を飛び回っていて非常に忙しいため、このような練習競技で審判をしてもらう機会はめったにありません。また、私たちが普段参加する CDI 競技でもよく審判員をしている方なので、ここで馬と人の顔と名前を覚えてもらうだけでもとても意味があります。そしてこの参加料が15ユーロ（約2,000円）ということにはとても驚きました。

今回のテストについては、とても的確に悪い部分を指摘してくれ、どのような状態になればより点数が上がるのかを示してくれました。「そこが良かった、あそこが良かった」と褒めるだけで参加者を満足させて気持ちよく帰ってもらう審判員が練習競技ではたまにいますが、彼女は良い面も悪い面も思ったことを正直に話してくれたので、とても勉強になりました。

演技の内容としては、良い部分もありましたが多くの修正が必要だと感じました。問題点の一つに「物見」がありました。今回のロケーションは50m×70m ほどの馬場内に馬場ラチが組まれており、20m×60m 以外の部分が練習馬場という環境でした。Barolo は最初からとてもオープンな精神状態で、普段の練習よりも良い感触で準備運動を行うことができました。本馬場に入るとやや委縮し、経路を始めると様々なところで物見をしてリズムを崩す場面がありました。物見はできる限り防がなければいけないものであり、Mariette さんからは「馬を常にまとめて収縮させておくこと」ができれば、物見のリスクを回避できる可能性が高まるとの指摘がありました。そして、「物見

をしようとした瞬間に馬をまとめるテクニックも駆使しなければならぬ」ともアドバイスがあり、経路を踏んでいる7～8分間「馬をまとめる」という意識がさらに必要だと感じました。しかし、ここで新たに発見したこともあります。以前、Barolo は物見すると内に閉じこもり、私は拳も脚も使うことができない状態に陥ってしまっていたのですが、今回は物見をしたときにそこから逃げようとするところが見られました。これは Barolo が競技でも意識が外に向けたオープンな精神状態になってきた表れだと思いました。

❖ トレーニング

収縮体勢の維持

練習競技会で指摘された課題を改善するためにも、「いつも馬を高いレベルで収縮させておくこと」をテーマに取り組みました。グランプリの経路を回る以上、馬が収縮体勢であることは当たり前ですが、私が作る収縮度合とヨーロッパのトップライダーが作る体勢にはまだ差があります。私はこの差が技術の差であると思っており、テストの運動項目ができるかできないかよりも、馬をいつもまとめておくこと、そしてその度合いを高め、騎乗者が細かいところまで馬をコントロールすることが重要だと思っています。Barolo とは、ようやくその要求ができるまでの関係性が構築されてきたと感じていますが、まだ馬の調子や環境によってはそこまで要求できるに至らないなど、不安定な状態です。

そんな中でも、まずは収縮歩の改善に重点を置きトレーニングを行いました。基本的には歩度の伸縮による移行運動によって馬をまとめていきますが、単純に移行運動を繰り返すのではなく、移行後に馬をどのような状態にしなければならないかを焦点として運動を行います。

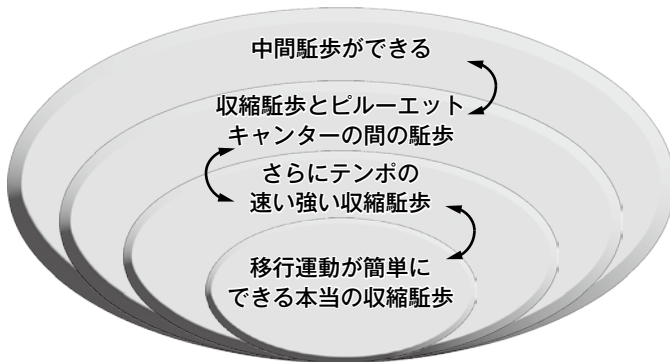
歩で収縮を求めるときは、中間歩ほどのリズムと力強さをキープできるよう意識しながら収縮していきます。このときの Barolo の傾向としてはスローになりたがり、一気にピルーエットキャンターを行おうとします。（ピルーエットキャンターとは、ピルーエットを行うときの歩のことで、実際にピルーエットをするわけではありません。）後ろに重心を乗せようとするのは良いのですが、このように馬が勝手に前へ出直します。目指すところは、いつでも中間歩にできるほどのパワーとリズムを備えていながらも、いつでもピルーエットに移行できるほど後躯に重心が乗っている「収縮歩」です。移行後、自分の中のその指標よりもパワーが弱くリズムがスロー、後ろが長くなりそうと感じたらすぐに前へ出すようにします。

そして前へ出すときのポイントは、一気に中間歩ほど前へ出すのではなく、いつでも中間歩に戻せるほどの関係があることは感じつつ、小さな脚扶助によって、失ったもしくは失い

そうになったパワー分だけ補充し、駢歩を強くし直すようにすることです。それは、収縮への移行で作った「後軀へ重心が乗った状態」を器として、その中でパワーだけを強くしたいからです。無駄に前へ出し過ぎると、後軀が長くなり馬が伸びすぎてしまう傾向にあります。完全にパワーが切れてしまったときなどは、中間駢歩を利用して再度やり直してもよいのですが、基本的には少しハミに強く出させる程度にし、そこからはみ出た分を半減却によって収縮してまとめ、そして再度パワーを送りさらに強い駢歩を作るという循環によって収縮駢歩を完成させていきます。

この繰り返しによって、自分が理想とする「何もしていなくてもいつも収縮状態にある駢歩」を作っていきます。しかしその中でも注意点があります。例えば、背を反って口が軽くなっているときでもこれに似た駢歩をする場合があります。これは多くのライダーが陥りやすい間違いの一つです。そのような状態のときは、後ろから力強く前へ透過した中間駢歩へ移行がすぐにできません。ですので、私にとってはいつでもスルーした中間駢歩へ移行できるかどうかということは、この運動における大事な指標となっています。

極々小さな脚扶助や半減却扶助でより簡単に移行運動ができるようになれば、様々な運動が小さな扶助で行えることに繋がります。物見をしてもより小さな扶助と一瞬の時間で元の状態に戻せることに繋がります。何よりそのような状態でのパフォーマンスはさらにクオリティの高いものになります。修得するにはまだ時間がかかりそうですが、日々それを目指して騎乗しなければ達成することはできません。



▲矢印のように「収縮」と「パワーを送る」を繰り返して、収縮駢歩の質を高めていく

❖ 競技会

練習競技会を経て、5月初旬に今シーズン初の CDI 競技に参加しました。フランスで行われた CDI3* Saumur です。馬運車による10時間の輸送がありましたが、馬は疲れも見せずフレッシュな状態で、物見をしてもすぐに慣れることができるほどオープンな精神状態でした。グランプリ当日も良い状態で準備運動ができましたが、トレーナーの Imke も私も過去の経験から、この馬が競技中に助けてくれるようなパフォーマンスをすることはほぼないと確信していたので、絶対に油断しないようにと念を押されて競技に臨みました。入場後も馬は委縮することなく、良い状態で演技を行うことができましたが、練習馬場ほどの動

きを見せられなかったことを含め、細かいミスがいくつかありました。後退の歩数が多かったり、馬がボロをして止まりそうになったときに脚を強く使ったことによるリズムブレイク、ピルーエットが若干スタミナ切れでスローになったことなど、0.5~2点の範囲で点数がひかれています。得点率は68.196%でしたが、70%を超えるためにはこのような細かいミスをなくさなければならず、そのためにはさらに馬をコントロール下におけるようにトレーニングが必要です。しかし、MER の1つ目をここでクリアすることができました。



▲ Saumur の会場はとにかく広い。写真下がメインアリーナで、手前に見えているのはシャンパンが詰められた総合馬術クロスカンントリー用の固定障害

次の競技会に向けては、従来からの課題である「いつも馬を収縮させておく」に加えて「パワーをさらに強くできるように」取り組みました。それは、競技本番では準備運動や普段のトレーニングよりもパワーが弱くなっていたからです。Imke の理屈では「今まではトレーニングで100%出し切っていたものを良しとし、競技では80%の出来だったので、それでは足りない。練習で120%の力を出し切らせるようにして、競技で100%の力で演技ができるようにトレーニングしなければならない」とのことで、特にスタミナ面で強化を図れるよう取り組みました。

そして、6月中旬にオーストリアで行われた CDI4* Achleiten に参加しました。タイミング悪く会場地は30度を超える真夏日となってしまう、厳しい環境の中での競技となりました。準備運動中もこまめに馬の身体を水で冷やし、馬の精神状態もオープンで、良い状態で演技を開始することができたのですが、パッサージュのリズムブレイク、歩毎のフライングチェンジで途中変換が止まったこと、左ピルーエットでコントロール下から外れてしまう、という3つの大きなミスが起きてしまい、成績も MER の2つ目をクリアするには至りませんでした。馬の調子が良かっただけにミスはショックでしたが、もしかすると調子が良かったために、それぞれの運動を行う前の準備に対して自分が集中し切れておらず、それが馬にも伝わり、ミスの予兆を見逃していたのかもしれない。調子が良くても安心せず、少

し強く騎乗したほうが人馬にとって集中力をキープできるのかも
しれません。馬がより騎手の扶助にアンテナを張って運動する
よう、人馬の関係を見直してトレーニングを行う必要がありそう
です。

競技会後1週間の休養を経てトレーニングを再開したのです
が、少し良いとは言えない状態でした。フレッシュではなく、運
動に対するやる気が起きないように見えました。日々の運動の
後半では良い状態で動くようになるのですが、翌日の運動始め
には重く、ハミに出てこないということの繰り返しでした。そこ
で、一度 Imke に乗ってもらって状態をチェックしてもらいまし
た。Imke からはサブミッションが悪いことが一番の問題だとい
う指摘がありました。サブミッションとは、馬場馬術用語では「従
順性」と訳されていて、以前は総合観察の一項目として採点さ
れていました。日本の審査用紙では「集中力、自信に満ちた
演技力・運動の調和、軽快性および無理のなさ、ハミ受けと前
肢の軽快性」と書かれていました。Imke の説明では「すごく
簡単に言うと、どんなときでも騎乗者の求めたことを馬ができる
状態かどうか」とのことでした。このサブミッションが足りない
状態なので、馬のパフォーマンスが落ちているのではないかと
いうことでした。

この状況を打破するためにも数日間 Imke に騎乗してもらい、
改善方法を実際に見て学ぶことになりました。Imke の騎乗は、
ハミに出てこない場面でも決してコンタクトを緩めず、脚で後肢
からハミにつける作業を、移行運動を利用して行うものでした。
その中でも特に脚の使い方が絶妙で、決して馬を伸ばさずにコ
ンタクトを保ったまま、確実に馬が脚に反応する状態にしていま
した。その中で、上述のような移行運動によってまとめられて
いく馬を見ると自分の足りていないものがまだたくさんあったこ
とに気づかされました。

また、馬の運動へのやる気を出させるためにも、馬が飽きな
いトレーニングをするような取り組みも始めました。多くの種類
の移行運動を取り入れ、普段と違う運動の流れを組み立て、同
じことを長い時間行わず急に違う運動をしたり、運動に飽きる
前に次々と出される指示に馬自身が自然と集中して行く流れを
作るように取り組みました。このように遊び感覚でトレーニング
を行う方法を取り入れないと、トレーニング=辛いものとなって
しまうからです。

これらの取り組みのおかげで良い感触を取り戻し始め、7月に
はフランスの CDI3* Deauville に参加する予定でしたが、競
技前に、Barolo に与えているサプリメントがドーピング対象物
質として指定されたと獣医師から連絡がありました。そのときに
はすでにそのサプリメントを与えてしまっていたため、競技会を
棄権することとなりました。このサプリメントは前年7月から競
技会1週間前に与えており、これまではドーピング対象物質には
なっていない物でした。その情報をもらってから解決法があるか
複数の獣医師に確認してもらいましたが、成分が身体から抜ける
のに2～3週間はかかるとの見解で、競技出場は不可能との

判断でした。

私も獣医師からもらったサプリメントと信用しきっており、与え
る前に再度確認してもらうなどの対処をしていませんでした。何
も知らずに競技に出て、出場停止になるような事態を免れたこ
とは良かったのですが、今後はこのようなことが起きないよう、
普段からこまめに確認をとっていかねばなりません。

❖新しいパートナー Ludwig der Sonnenkoenig



東京オリンピックに向けて Barolo の予備馬として、新しい
パートナーを迎えました。名前は Ludwig der Sonnenkoenig
(ルードウィッヒ ダ ゾンネンコーニッヒ) です。2006年生まれ
の13歳、オルデンプルグ種の牡馬です。U25（騎乗者が25
歳以下限定）ヨーロッパ選手権で3位という実績を持っていて、
試乗ではとてもフィットした感覚を得ることができました。

入厩後は2日目から騎乗を始め、馬の状態を確認するところ
から始めています。スタリオンなのでよくいななきますが、決し
て悪いことはせず、とても扱いやすい馬です。運動初日であっ
てもまるで昔からこの厩舎にいたかのように振る舞い、インドア
でもアウトドアでも物見をしたりテンションが上がったりすること
もなく、試乗をしたときと全く同じ状態でした。脚扶助には鈍い
わけではなく、脚を使ったらその分だけ動こうとしてくれるとて
も真面目な馬という第一印象です。

Imke からは「トレーニングでは7点の動きで満足することの
ないよう、8.5点を取るつもりでトレーニングしなさい。特に今
の時期は馬がどれほどの能力を持っているのか分からないので、
【何が問題であるか】【どこまで攻めて乗っても大丈夫か】の
情報を集められるトレーニングをしなければならぬ」との指示
を受けています。

Ludwig をよく知り、課題を見つけ改善しながら、Barolo と
ともに東京オリンピックに向けてトレーニングを続けていきます。

