



# 佐渡一毅 のドレッサージュトレーニング

2021年5月

vol.20

## ◆ 東京オリンピック代表選考競技

東京オリンピックの代表選考は4月から6月上旬までの2ヵ月にわたって行われました。この間に出場した CDI グランプリ競技のうち最終得点率が高い上位2競技の結果と、6月に日馬連が主催する選考競技会、合わせて3つの競技結果がカウントされるというものです。当初は14名28頭から参加意思表明がありましたが、最終の選考競技会に出場したのは5名7頭で、この中から代表3人馬とリザーブ1人馬が選考されました。その代表選考の過程と、競技に向かう準備や演技中の感覚などを紹介します。

私は2頭の馬で代表選考に臨んでいました。2017年からコンビを組んでいる内気な Barolo と、2019年に乗り始めたメンタルが強くホットになりやすい Ludwig という正反対の性格の馬たちです。この2頭と4月の Hagen (ドイツ)、5月の Exloo (オランダ) と Compiègne (フランス)、そして連盟主催選考競技会に出場しました。

## ◆ CDI3\* Exloo (オランダ)

Barolo

5月4日～6日の Exloo は、Hagen から中1週での参加となりました。Barolo は Hagen では1競技のみだったため、フレッシュな状態をキープしておりこの間のトレーニングも順調でした。Exloo の会場に入ってからの前日トレーニングでも、やや物見はしつつも内にこもる様子はなく、馬が自信をもって運動していることを感じました。

本番では、最後まで油断せずに人に集中させ続けるように、自分も最大限馬に集中して騎乗しました。前回は停止・後退でミスがあったので、それも改善できるよう取り組みました。前回は4歩半で発進し、そこでコンタクトも外れてしまったので、今回は「停止後に一息入れてから後退を行い、5歩をしっかり数えて慌てずに発進すること」を意識し、上手に行うことができました。パッサージュからの駆歩発進は扶助に遅れての発進とな

りました。Hagen でも同じような反応だったので、ここは修正が必要です。馬を「小さな扶助で駆歩をしなければならない」という思考回路にしておかなければなりません。最後の伸長速歩も前回からの改善を試みました。駆歩から収縮速歩へ移行し M から R への12m の間に最大限馬のバランスを後ろへ戻し、伸長速歩でピッチになって走らないよう気を付けました。馬に余力があったことも助けになり、前回より弾んだ伸長速歩ができました。最後の中央線上のピアッフェは、前回は移行で止まりそうになり脚を強く使ったことで、移行に乱れがありました。

「移行で止まる」という反抗には予兆がないため馬の動きから先に感じ取ることは難しいですが、対策はこれまでの経験で培ったものを出すしかありません。ひとつは「移行に時間をかける」ということで、ピアッフェで前進する時間を作るようにイメージで馬がピアッフェをするまで扶助を出しながら待つことです。これによって前進気勢の急な失速を抑えます。そして「音声を使うこと」です。Barolo は舌鼓を使えば、ほとんど脚を使わずにピアッフェを始めるようになっています。もちろん競技ではジャッジに聞こえない程度に行います。そして最後に、「脚を使い続ける」ことです。練習では、脚を使わない場面を多く取り入れますが、競技では馬は脚を使われないことを知ってしまうとピアッフェを止めようとサボりだすので、絶対にピアッフェは続けないといけないというプレッシャーは与え続けます。しかし、そのプレッシャーは最大限強いものではなく、馬が力まない程度であり、馬がピアッフェを要求されていることを理解できるほどの強さで使用しています。今回は、馬がそれを敏感に感じ取っていたので、スムーズにピアッフェへの移行を行うことができました。

天候が不安定で、急な雨や風によるテントや旗の音などの騒音がある中で、しっかりと集中して演技をしてくれました。そして、今回はジャッジも以前より改善されたところには、評価して点をつけてくれたので、これまで取り組んできたことは間違いではなかったと確認することができました。(70.065%)



▲ Barolo の伸長速歩



▲ 安定した良い状態のコンタクト

## Ludwig

Ludwig は、普段のホームでのトレーニングと競技では馬の状態が少し変わります。競技では普段以上にやる気になり、自分から動こうとしてくれるため準備運動では乗りやすくなります。いざ本番となると少しホットになるため、そこから派生する反抗やミスが出やすくなるという短所はあるものの、私にとっては競技場での準備運動の感覚がこの馬のベストの状態と思っています。しかし、それと比べると普段のトレーニングでは、決して脚に対して鈍くはないものの競技ほど動く気持ちはないため、物足りなく感じます。その物足りなさをトレーニングで解消して、競技の準備運動と同じような状態を作ることがトレーニングにおける課題の一つと言えます。

この課題をクリアするには、馬がどのような状態になれば良いかを考えなければなりません。馬のリズムや脚への反応の結果やどのように口の抵抗を取るかなど様々な細かい注意点がありますが、一言で表すと「馬をスルーさせること」に尽きます。脚を使ったときに馬が後軀を沈ませて後肢を踏み込み、ゆがむことなく、口に抵抗が出ずに、前進したりパワーを溜めたりできなければなりません。トレーニングでは脚を使ったときの反応にフォーカスして取り組みました。

この馬の場合、スルーしているか・していないかは騎乗感覚だけではなく、脚の反応による馬の動きによって判断することができます。駆歩では、スルーしているときは3節のリズムで力強く動きますが、スルーしていないときは背を張り緊張して4節気味の駆歩になります。速歩では、口に抵抗なく同じコンタクトで四肢とも高く上げるように動けるときはスルーしており、背を張って後肢を後ろへ残して前進しようとするときはスルーしていません。トレーニングの方法は、脚を使ったときにスルーしていない反応であれば、スルーしているときの反応になるまで脚を使つ



▲ Ludwig はピアッフェもしっかりとスルーして実施できていた

て要求を続け、良い反応が得られたら脚を使うことを止めて褒めてやるだけです。しかし、これを一貫して実施することは簡単ではありません。特に難しいことは「一回の脚」に対して正しい反応をしたかどうかの判断を一瞬でしなければならないことで、気を抜くと脚を使い続けて馬の動きをキープしていることがあります。理想は一回の脚に正しく反応させて馬自身がスルーブした状態で動き続けることで、これができなければ競技の準備運動の状態を普段から作ることができません。そして何より、



▲トレーニングで積み上げてきたものを出せたことを喜ぶImkeトレーナー

このトレーニングのおかげで、Ludwigとのコンビでは、競技場でなくとも馬を競技と同様の状態に作ることができました。そのため、競技場でも良い状態をキープしていました。しかし、Hagenでは「良い状態で要求がやや弱い騎乗」をしてミスを重ねてしまったので、今回は準備運動で「良い状態であって私が乗りやすそうに騎乗をしていたらそれでは足りないと思うので、もう一つギアを上げてさらに良い状態を求めさせるように指導してほしい」とトレーナーにお願いしました。その結果、準備運動馬場では拳にとても強いテンションがかかるほどのコンタクトで騎乗しなければなりませんでしたが、その分確実なコネクションを確立することができて、本番の演技に生かすことができました。そのおかげで、停止やピアッフェ、駆歩区間の演技でミスをせずに行うことができました。後退のスムーズさに欠けたことと、トレーニングでは上手くできていた駆歩発進で若干の反抗があったことが今後の課題で、他にも細かい部分で気になるところがありました。それらを修正できればさらに1~2%は上げられるのではないかという感触が得られたので、さらなるステップアップを目指します。(70.043%)

世界のトップライダーはこのスルーさせるという感覚が非常に優れていると思うので、私もさらにこの感覚を磨いて、馬を常に一つにして動かせるようにならなければなりません。