

東京オリンピックを終えて、1ヵ月ぶりにオランダに戻りました。先に帰国していた Ludwig はもちろん、東京オリンピックに向けて Aachen で検疫を受けた Barolo、そして Djuce も厩舎のスタッフやライダーが調整してくれていたおかげで、良い状態でトレーニングを再開することができました。

厩舎の仲間たちは、無事にオリンピックを終えてオランダに戻ったことを労ってくれましたし、共にトレーニングをしていたライダーたちも私たちのオリンピック出場を誇りに思ってくれ、次は自分たちが目標を達成する番だと意気込んでくれていました。周りの仲間にも夢や希望を与えられたことを嬉しく思いました。しかし、私も今回の結果には満足していません。ここから新たなスタートだと思って、次の一歩を踏み出しました。

❖ トレーニング

頭頸の巻き込みとコンタクト

東京オリンピックでは、馬の頭頸を巻き込んだ体勢に対して異常なほど厳しく、少しでも巻き込んでいると見られようものならすぐさまスチュワードから注意がありました。ドイツ代表の Isabell WERTH 選手も同様の注意を受けており、会場ではこのことについて「馬のトレーニングに必要な部分であることを理解されていない。本当に馬にとってフェアではないハイパーフレクションのようなフレームと、ラウンドした体勢は同じではないことを関係者は知っておく必要がある」との議論を耳にしました。

しかし、だからと言って選手やトレーナー側も同じことを続けてはいけません。特に競技前くらいは鼻を前に出したようなフレームでもラウンドした体勢と同様に乗れるように調整しておくことが今後は求められます。実際に東京オリンピックでは、イギリスの Charlotte DUJARDIN 選手とデンマークの Cathrine DUFOUR 選手の2人は、常に拳を前に置いて手綱が緩むほどのコンタクトで騎乗していました。このような騎乗ができるということは、ただ口が軽いということではなく、異常なほど「常に」後駆からのコネクションが安定し、パワーがハミ



▲拳を前に置いて手綱が緩むほどのコンタクトで騎乗する Charlotte DUJARDIN 選手

や鼻先まで透過している中で騎乗できている証拠だと推測しました。

実際私は Imke にトレーニングの中で「コンタクトが鼻先まで透過しきっていないところが、まだあなたとトップライダーが違うところだ」と言われたこともあります。そこで、オランダに帰って来てからは、競技会で注意される必要のないように騎乗できる状態を作っておくこと、その中でも最終的に必要なコンタクトはどのような状態であるかに注意してトレーニングに取り組むことにしました。

しかし、単純に拳を前に出して騎乗すれば問題が解決できるというほど簡単ではありません。まずは普段通りの段階を踏んで馬を収縮させていき、後駆からのコネクションをしっかり維持できている状態を作り、そのコネクションを失わないように馬が鼻を前に出してハミを持っていくように求めました。それは、頭頸の位置が低い時も高い時も同じように求めます。そうするとその中で、いくつかの問題が出るようになりました。一つは後駆が長くなりコネクションが弱くなること、そしてもう一つはやや背を張って鼻を前に出すだけになることでした。前者に対しては脚で後駆を入れ直してコネクションを繋げ直します。後者にはほんのわずかな拳の扶助でハミの抵抗を取り、ラウンド体勢と同じように背中を使わせるようにします。これを続けながら、移行運動や側方運動などを行なっていくと、馬の動きの弾発も強くなってよりパワーが強くなっていくを感じられました。それと同時に後駆からのコネクションの強弱がより細かくわかるようになってきたように感じます。

その分、問題点にも早く気付けるようになり、「この身体の使い方はダメだ」と感じたときには、同じことを繰り返さず、何かしら運動を変えたりして、馬のバランスを改善してから苦手な運動を行うようにして、短い時間で改善できるようにもなりました。後駆からのコネクションについての感覚はとても精度が高まっていて、運動のミスもなくなりました。しかし、肝心のコンタクトについて良化は感じていますが、まだ発展途上のようにも感じます。特に馬の真直性、拳ではなく脚によって馬を真っ直ぐにするという点でまだ改善点があるように感じていて、それをより細かなところまで感じて対処できるようになれば、コンタクトも馬に留めておけるエネルギーの大きさもさらに良化できるのではないかと感じています。

❖ CHIO Aachen

世界で一番と言っても過言ではない規模で開催される馬術競技会、CHIO Aachen に Barolo と共に出場しました。通常、出場するためのインビテーションを得ることは簡単ではないのですが、今回はオリンピックが東京で開催されたこともあり、日本をテーマとしたジャパンイヤーということで、馬場馬術部門ではチームで参加できることになりました。しかし、2人馬が出場を取り止めることになってしまい、林伸伍選手と私の2名が個人で

の出場となりました。

競技に向けて Barolo は順調にトレーニングを重ね、少しハードなトレーニングもしっかり行いました。そして、間に休養も入れて競技日にピークを持っていくように試みました。競技場には2日前に入厩しましたが、馬は今回も自厩舎よりもフレッシュで良い精神状態であると感じられました。準備運動馬場は一つの馬場に20m×60mのアリーナが3面敷かれており、馬同士の距離が近いので Barolo は前回非常にネガティブになっていましたが、今回は何度か馴致を行うとそのようなシチュエーションにもすぐに慣れて、自信を持って運動してくれるようになりました。そして競技場にも同様の反応を示しており、競技当日の朝の馴致ではむしろ暴れるほどのフレッシュさでした。

フレッシュな良い状態で競技当日を迎えられました。競技直前はテンションが上がりました。しかし、テンションが上がる時にやや内方姿勢を取らせて騎乗者に意識を向けさせ、背を力ませた時には Ludwig がホットになった時と同じように、脚を付けてしっかりと後躯を沈ませて背中を使うようにさせるなどの対処方法がわかっていたので、自信を持って演技に臨むことができました。本番では多くのポイントで自分の行いたかったコンタクトやフレームで演技することができました。しかし、パッサージュ・ピアップフェはトレーニングの8割程度の動きに留まりました。停止・後退も本来はクリアにできる項目ですが、わずかに乱れがありました。駈歩のジグザグは非常に流暢に行うことができますが、トレーニングよりは駈歩の質が落ちてしまいます。全体的にベースの動きや各運動の質が上がっているので、競技での演技自体も向上していますが、やはりトレーニングではそれ以上のことができていますので、今後はそれが本番でもできるように取り組んでいきたいです。

成績は、これまで持っていた Ludwig とのベストスコアを更新し、70.870%となりました。Aachen という大舞台でこれほどの点数をもらえるとは思ってもいなかったのも、本当に嬉しい成績でした。Imke も「この会場でこのような成績を取れるようになったなんて、本当のプロフェッショナルのライダーになった。この難しい馬をよくマネージメントして、この成績を出したことを本当に誇りに思う」と労ってくれました。

最終日の自由演技グランプリは、グランプリから1日空けて行われました。中日となる翌日は、あまりハードにトレーニングを



▲オープニングセレモニーでは日本人選手として紹介されました

せず、収縮体勢で柔らかく動けることを確認するのみとしました。競技翌日にも関わらず馬はよりフレッシュになっていました。当日の準備運動でも同様で、より馬が自信を持っているように感じました。ですので、準備運動では普段以上にパッサージュやピアップフェの動きの質を求め、本番でもトレーニングと同様の動きができるように試みました。準備段階ではこれ以上ない仕上がりができると感じましたが、競技本番になるとほんの少しかけ雰囲気が変わってしまいました。本番では、初日より少し観客が多かったからか、ほんのわずかに馬が物見をしてシャイになっているように感じました。動ける状態と動こうとする気持ちはあるものの、若干周囲が気になるような気持ちも入り混じっており、そこで気持ちと動きにわずかなズレがあるように感じました。それに注意を払わず準備運動と同じように騎乗してしまったため、伸長歩では来るべきポイントへ馬が来なかったため少し要求が高くなり過ぎて何度もミスをしてしまいました。また、右手前の伸長駈歩からピルエットへの移行で後肢の手前が変わるミスなどもありました。パッサージュ・ピアップフェも結果的に改善するところまでは至りませんでした。しかし、パッサージュと速歩の移行が多いこの経路でうまく差を見せられた点や、いつもミスをするピルエットでしっかりとコントロールができていた点など、普段より良いところもありました。難度もこのレベルの競技としては低いですが、しっかりと8.5点を取っていました。成績は74.885%と自分の手応えよりも高いと感じましたが、Barolo とのベストスコアであったことは嬉しく思います。しかし、周りからはミスがなければ77%は取れていたと言われると、やはりそのチャンスを逃した悔しさが勝ります。



▲ Barolo とのベストスコアを獲得

今回の競技では人馬にとって演技の内容・馬の調子・アリーナ環境など、多くの面で次に繋がるような非常に良い経験ができたので、引き続き自分たちのベストを更新できるように取り組んでいきたいです。

《佐渡一毅のドレッサージュトレニング》vol.1から最新までの全てを、JRA 馬事公苑のホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。