



戸本一真のイベントイングライフ in UK

2018年7月～10月

vol.08

イギリスでの海外研修の最終的な目標は2020年の東京オリンピックですが、その前の大きな目標が2018年の世界選手権でした。3頭の馬とともに出場権の獲得を目指して活動してきましたが、最終的にはTacomaとともに参戦することになりました。今月は世界選手権を中心に、シーズン後半の活動についてレポートします。



◆ トレーニング

Fox-Pitt Eventing では馬ごとに毎日のトレーニングメニューをノートに記すようにしています。先を見据えて計画的にトレーニングを実施することに加えて、どういうパターンのトレーニングをしていた時に調子が良くなっているのかなど、過去に遡って馬の様子を確認することができる良い習慣だと感じています。

特に総合馬においてはフィットネストレーニング（持久力トレーニング）をいつ、どのくらい行うのかが大切であり、馬の脚への負担を考えながら定期的に行う必要があります。「前回のフィットネストレーニングはいつ、どの程度行なったか?」「次の競技会まであと何日で、何回フィットネストレーニングを行えるのか?」という確認と計画が競技会の成績を大きく左右し、特に4スター以上の大会ともなればフィットネストレーニングは最も重要なトレーニングであると言っても過言ではありません。また、馬場・クロスカントリー・障害と3種目のトレーニングを万遍なく行わなければならないため、「今日は偶然手ごろな障害物が馬場にあるから飛ぼう」というように、その日の気分でトレーニングを行なっていたのでは馬の状態は良くなりません。総合馬に限ったことではありませんが、障害馬や新馬など様々なトレーニングを行わなければならない状況下では、どの段階で失敗しているのか、どうして調子を落としているのかを知る意味でも、計画的にトレーニングを行うことが有効であることは間違いないありません。

世界選手権に向けてもちろんトレーニングメニューを作成し、それをトレーナー、グルーム、厩舎スタッフ、獣医師、装蹄師と共有しています。馬のレベルや状態に応じてフィットネストレーニングの量も変わってくるので、私が作成したものが絶対的に正しいというわけではありませんが、世界選手権前に行なった実際のトレーニングメニューを一例として示します。先を見据えて計画を立て、確認しながらトレーニングを進めていくことで、より確実にその成果を積み上げていくことができるのだと思っています。

世界選手権に向けてできることは全てやったつもりですが、どこかで「これが本当にベストプランなのか?」「まだやれることがあったかもしれない」という気持ちがあったのも事実です。初めての経験ばかりで後手に回ってしまったこともありましたが、一度経験しない限りは次の段階に進めませんし、その時その時のベストを尽くして、私自身の経験として積み上げていくしかありません。

◆ 競技会

トレーニングメニューにもあるように、世界選手権の1ヵ月前にHartpury International CIC3*（現4*）に出場しました。昨年のこの大会で初めて3スター競技に挑戦してから、1年という短い間にいくつもの3スターを走ったことを思い、馬たちへの感謝の気持ちを強く持って競技に臨みました。

Tacoma にとっては2ヵ月ぶりの実戦でいきなり3スターでしたが、非常に良い状態で競技会を終えることができました。馬場馬術はこの2ヵ月間じっくり取り組んできた成果を感じられる内容で、特に速歩区間では8点がついた項目も複数あり、トレーニングの方向性が間違っていないことを確かめることができました。クロスカントリーは17秒オーバーしましたが、タイムインした選手は一人もおらず、厳しいタイム設定だったことを考えるとまずまずの走行だったと思います。特に難しいコンビネーションでは全てストレートラインを選択し、危なげなく飛越することができました。この競技会の内容次第では、ナショナルの2スター（現3スター）で再度調整する計画でしたが、トレーナーのWilliam も「この調子なら全く問題ない!」と断言してくれた

日付	トレーニング	備考
8月10-11日	Hartpury CIC3*（現4*）	
12日	休馬（朝タウォーキングマシン30分）	
13日	休馬（朝タウォーキングマシン30分）	午後：獣医師による治療
14日	ハック（常歩50分程度）	
15日	ストレッチ重視のフラットワーク	
16日	馬場馬術	
17日	フィットネストレーニング	坂路3回
18日	障害馬術（バウンス）	
19日	馬場馬術	経路練習
20日	軽めのフラットワーク	
21日	障害馬術	競技会後1回目なので大きい障害物は飛ばない
22日	フィットネストレーニング	坂路4回
23日	ハック	午後：獣医師による治療
24日	ストレッチ重視のフラットワーク	
25日	障害馬術	
26日	馬場馬術	
27日	フィットネストレーニング	坂路4回
28日	馬場馬術	経路練習
29日	障害馬術	別の場所で経路練習
30日	ハック	
31日	馬場馬術	
9月1日	フィットネストレーニング	坂路5回
2日	出発（輸送）	

ので、ナショナル競技はキャンセルして厩舎で最終調整と体調管理に努めるという方向性になりました。

世界馬術選手権大会

~現地での調整~

いよいよ大きな目標の一つであった世界選手権となりました。イギリスは徐々に寒くなり始めていましたが、アメリカ・ノースカロライナ州に到着してみると、日本の夏を彷彿とさせる暑さと湿気でした。競技会場に併設された検疫厩舎で48時間隔離されている間に検査が実施され、異常がないことが確認されると解放されます。Tacoma はやや緊張した様子でしたが、長距離輸送の疲れは見られずエサをしっかり食べていて、輸送が苦手で体重が激減してしまうことが多い Tacoma が第一閂門を無事に通過したことに、グルームとともに胸を撫でおろしました。

今回、William が同じ週にイギリスで行われる大きな競技会に出場するため、トレーナー不在で世界選手権に出場することになり、不安な気持ちを抱えての現地入りとなりました。しかし、出発前に William と現地での最終調整について綿密な打ち合わせをしており、その方針に沿って、本番までに乗り込み過ぎて疲れてしまわないようにということに重点を置き、軽めの調整を行いました。William からは「世界選手権だからという特別な緊張感と、チームの一員として失敗はできないという責任感から乗り込み過ぎて失敗することが多い。特にチャンピオンシップになれば1日1頭しか乗る馬がないため、必然的に時間に余裕ができ騎乗する時間が長くなってしまいがちだ。乗り込み過ぎて馬場の日にはすっかり疲れてしまっている、ということにならないように注意すること」と何度も言われていました。実際に検疫から解放されたその日から運動している選手や、毎日2度乗りを繰り返している人馬を多く見ました。“軽めの調整の重要性”については、William 自身が数多くのチャンピオンシップを経験した中で確立した調整方法なのだろうということを考えると、迷うことなくこの軽めの最終調整を続けることができました。

~競技本番~

チームの一番手となつた私は、早い出番となりました。馬場でテンションが上がってしまうタイプではない Tacoma ですが、世界選手権という大きな舞台では会場が派手に装飾されているのはもちろん、大型スクリーンや四方向から観客に囲まれた状況では普段と違う雰囲気になることが容易に予想できたので、当日の朝は20分程度のハックと20分程度の運動で馬の体をほぐし本番前に一息つかせる計画でした。準備運動を終え本馬場に入場すると審判席横に設置されたカメラとカメラマンに驚いた Tacoma が反転してしまうという想定外の状態になってしま

いましたが、リラックスさせることに努め何とか落ち着いた状態で演技を開始することができました。私の演技はミスがあつたこともあり減点32（67.8%）でしたが、イギリス、ドイツ、フランスといった強豪国はほとんどの選手が70%を超えており、本番で安定した力を出せる選手が揃っているという層の厚さを感じました。

クロスカントリーは中央部分に大きな池がある、全長5700mのコースでした。28障害40飛越と極めてコンビネーションが多いのが特徴で、さらに一つのコンビネーションにおいて何通りものルートが存在していました。その一つの例が水濠となる第10障害で、コンビネーション A、B、C、D、E、F、G という、これまでに見たことがない E、F、G 障害まで設置されていました。ストレートルートは、水濠に飛び込む障害が1回の飛越で「AB」、水の中にあるボートが「C」、水から飛び上がるバンクが「D」、バンクから1歩で「EFG」の4飛越ですが、全てロングルートを選択すると A から G まで一つずつ7飛越しなければならず、この第10障害だけで3つ多く飛ぶことになるというものでした。図に示されたルートだけではなくありとあらゆるルートが存在しており、第1案だけではなく「ここで拒止されたら第2案、ここで拒止された第3案」といったように、臨機応変にプランを変えなければならず、綿密な下見と冷静な判断が求められる障害物でした。

コースウォークをした最初の印象は「人間のミスさえなければ Tacoma には問題のない障害物ばかり」という印象でした。Tacoma が苦手なタイプの障害物がなく「これならいけるかもしれない」という前向きな気持ちを持つことができました。実際、全てストレートルートを選択し、Tacoma は全ての障害に対して勇敢に立ち向かい見事にタイムインするという会心の走りをしてくれました。10番の水濠コンビネーションでは多くの選手がミスをしていましたが、私は出番が早く他の選手の走行を見ることができなかつたため、自分のプランを信じて走行するしかありませんでした。それはとても不安なことでしたが、終わってみれば誰の走行も見ずに行なわなければならなかつた状況こそが、この結果につながつた一番の要因であると感じています。

《会場で行なつた最終調整》

5日（水）	6日（木）	7日（金）	8日（土）	9日（日）	10日（月）
曳き馬	ハック45分	ハック60分	ハック30分+軽めの運動	馬場	ギャロップ
11日（火）	12日（水）	13日（木）	14日（金）	15日（土）	16日（日）
馬場	障害	【競技】馬場	ストレッチ+軽めのギャロップ	【競技】クロスカントリー	【競技】障害馬術

戸本一眞の イベントイングライフ in UK

Tacoma はストライドが大きい馬なのですが、そのストライドを優先したことがスムーズな走行の鍵であり、結果的にタイムインという結果につながったのだと思います。

本来、クロスカントリーの翌日に障害馬術が行われるはずでしたが、ハリケーンの接近に伴い日程が延期されました。翌日は風雨の中でホースインスペクションのみが行われ、障害馬術はその翌日となりました。13障害16飛越、高さは最高で135cmあり、規定タイムも厳しい設定でした。タイムを稼ぐためにストライドを減らした影響で落下が出来てしまい、減点8となってしまいました。1つ目の落下で馬が集中力を失い、2つ目の落下を招いてしまったことは私自身の技術不足によるもので、悔やまれる結果でした。

Tacoma は何かに秀でた特別な能力をもっている馬ではありません。しかし、いつも落ち着いて何事に対しても真面目に取り組み、私の要求に何とか応えようと必死に頑張ってくれる素晴らしい気持ちをもった馬です。また、私に総合馬術を教えてくれている先生のような存在もあります。今回も私を世界選手権に連れてきてくれたこと、そして最後まで共に戦ってくれたことに感謝しています。

～まとめ～

初めての世界選手権を通して様々なことを感じ、様々なことを学びました。その一つがトレーナー不在だったことです。不安はありました。全てを終えて感じていることは「最後までその場において指導することだけがトレーナーの役目ではない」ということです。「普段どのようなトレーニングを行なっているのか？」そのトレーニングが間違っていないのであれば、「普段通りの力をいかに発揮できるか？」ということこそが最も大切であり、最終的な結果を左右する一番の要因だということです。出発前に入念に計画を話し合って準備し、会場入りしてからも電話で連絡を取り合いながら、彼の経験に基づくアドバイスをたくさんもらうことができました。「根本的に何が大切なのか」を学び、自ら考えて実行していくこともまた、自分を高めるためには必要なだということを強く感じました。

また、日本チームが史上最高の団体4位となりました。このことは本当に満足していますし、その一員となれたことは大きな自信になりました。他国のトップライダーからは「日本は素晴らしいチームだ」と声をかけてもらいましたが、実際に走行した選手だけでなく、グルームや監督、そしてサポートメンバー全員で獲得した結果だったと思います。

✿2018年シーズン終了

世界選手権から戻ると、Vikenti と Utopia でナショナル競技に出場し、その翌週にはシーズン最終戦となるオランダのCCI3* Boekelo（現4*）に Vikenti とともに参加しました。この競技会は3.5スターと言われるほど障害物が大きく、テクニカルで難易度の高いクロスカントリーコースが特徴です。11秒のタイムオーバーはあったものの、自分で思っていた以上の内容でゴールを切ることができました。全体を通して、今シーズ

ンの中で掴み始めていた良い感覚を試すことができ、77頭中5位という期待以上の結果を得て、これ以上ない形でシーズンを終えることができました。

総合馬術に転向して3シーズンが過ぎました。シーズン前半は馬の故障やクオリファイが思うようにできないなど苦しい状況が続きましたが、8月の Hartpury から世界選手権、Boekelo と、ようやく後半になって結果が出るようになりました。最大の目標である東京オリンピックまであと1年半しかないことを考えると、決して順調なペースできているとは言えません。しかし、遅いなりに確実に前に進めていることも感じています。今シーズンは MER の獲得と世界選手権の出場が第一優先でしたが、来シーズンは結果にこだわる挑戦のシーズンだと思っているので、失敗を恐れずにいろいろなことにチャレンジして2020年に向けた準備を進めていきたいと考えています。

✿ 番外編 ~ホースインスペクションの服装について~

シーズン最終戦の Boekelo のホースインスペクションでベストドレッサー賞を獲得しました。これはホースインスペクション時に馬の奇麗さと選手の服装が審査されるもので、競技成績には何も影響はありません。しかし、総合馬術におけるホースインスペクションは馬場馬術、クロスカントリー、障害馬術に次ぐ第4の種目とも言われるほど重要で、総合選手は他種目の選手とは比べものにならないほどの気合いでインスペクションに臨みます。大きな競技会ではさながらファッショショナーのような状態になり、インスペクションだけを観に来る観客も大勢集まります。

私自身も「ホースインスペクションは審判員や主催者に挨拶する最初の場面であり、正装であるべきだ」という考え方や、「他の選手がド派手にくる以上、負けられない勝負が始まっている！」と、今ではホースインスペクションでの服装を楽しむようになりました。



▲国際大会のハイレベルな馬術競技会で最も高いトランジット賞を受賞した2019年ベストドレッサーとして撮影