

今月は2018年9月に行われた世界選手権の話題を中心にお届けします。8月にDjuiceとともにアジア大会に出場し、そのおよそ10日後にはBaroloとともに世界選手権の会場であるアメリカ・トライオンに向かうというタイトなスケジュールで臨みました。



❖ トレーニングと競技参加

世界選手権で騎乗したBaroloは、昨年(2017年)12月からコンビを組むようになった馬で、イギリスのシャーロット・デュジャルダン選手やカール・ヘスター選手が騎乗していました。グランプリの運動項目についてはよく調教されていて新しく技を教える必要はないため、ベーシックなトレーニングを中心にパフォーマンスの向上に取り組みます。目標は8ヵ月後の世界選手権出場。そのためにはFEIが制定する出場最低基準(66%を2回)に加え、68%という日馬連の派遣基準をクリアしなければなりません。トレーナーのTinekeとImkeの的確なアドバイスや指導を得て、世界選手権に出場するまでの過程を紹介します。

脚扶助に対する反応

コンビ結成当初の最も重要な課題は「収縮時の動きのテンポを早くすることにより、良い状態をキープしたまま伸縮などのコントロールをできる幅を広げること」でした。スピードのコントロールは簡単にできますが、馬の持つ動きが大きくテンポがスローなため収縮時にパワーが弱々しくなってしまいます。そのため、パッサージュやピルーエットでは決まったテンポでしか動けず、パフォーマンスの質はその時の馬の調子次第になってしまいます。そうではなく、騎乗者の扶助操作によって後肢を早く強く踏み込ませ自由自在にテンポをコントロールできなければならず、馬体に溜まるパワーを強く保つことにより運動のパフォーマンスを引き上げることが必要です。

これを解決するために「脚に素早く反応させること」と「その時に馬体を伸ばさないこと(正しい収縮体勢で動かすこと)」を意識してトレーニングしなければなりません。この馬は脚に対する反応が良いとは言えず、だからと言って脚や鞭による強い扶助を使い過ぎると、馬(の内面)が内にこもってしまい動きたくないという状態になってしまいます。それをふまえて、優しく過ぎず、「脚を正しく使う」ことを意識しています。

脚を段階的に強くして反応した時点で脚の使用を止めることはもちろんですが、最も大事なことはタイミングです。何か他

の事を要求しながら同時に脚を使うことは避け、馬の体勢やバランスを整え、特に拳はオープンにできる「譲り」がある状態のときに脚を使うようにします。また特に必要なことは馬が身体を固めていない、息を深く吐き出せるリラックスしている状態のときに脚を使うようにしなければなりません。それら以外のときに無理やり脚を使って動かそうとすると馬は心を閉ざし、身体を固め、より動かなくなっていくます。Baroloは過去の調教でこのようなトラウマを抱えている馬でした。

トレーニング競技

Baroloとコンビを組んでちょうど3ヵ月が経過した3月に、初めてトレーニング競技に出場しました。普段の練習では、グランプリの経路は概ね問題なくできるようになっていたため、ここでは競技会で馬がどのような状態になるのかを知ることが目的でした。運動項目に大きな問題はありませんでした。競技場の環境を気にして内にこもった状態になり、トレーニング以上に脚の前に出てこない状況でした。さらに細かいミスもあり満足いくものではありませんでした。それを踏まえて2週間後のナショナル競技では対策を講じました。まずは前述した脚の使い方の徹底、そして長鞭を併用して扶助に対してさらに敏感になるように取り組みました。これまでは、脚のみで長鞭を持ったときと同じ反応を求めようにトレーニングしてきたため、効果は十分に見られました。また、サプリメントの見直しなど、馬が競技環境に対してストレスを受け過ぎないように準備しました。

対策の成果は十分にみられ、前回よりも良いパフォーマンスを見ることができました。競技会だからこそ感じられる課題はありますが、インターナショナル競技に向けて準備が整った手応えを得ることができました。

インターナショナル競技

トレーニング競技デビューから1ヵ月後の4月中旬に、初めてのインターナショナル競技(CDI3* Aachen)に出場しました。競技会場でも馬はリラックスしていて、脚に対する反応も良い雰囲気でした。前日練習では普段以上に動いている馬に対してさらに要求度を高めて、馬のポテンシャルを100%出させるようにとのトレーナーの指示がありました。調子が良いからそれで終わるのではなく、この場面すらも馬を強化するチャンスであり、翌日の競技ではなく、もっと先の目標を見据える姿勢の大事さに気づかされる場面でした。競技当日も良い状態でしたが、メインアリーナに入るとややシャイで、委縮した状態となりました。それにより物見によるミスや、ピアップエへの移行のミスはありましたが68%近い点数がつき、世界選手権の出場最低基準の1回目をクリアすることができてまずは一安心しました。しかし、今後はさらに精度を高めていかなければなりません。

トレーニング競技を1回はさんで、5月末に再びインターナショナル競技(CDI3* Aachen)に出場しました。今回は暑かった

こともあり、さらに馬が内に閉じこもるような状態になっていましたが、前回の反省を生かし、できる限り競技場内で引き馬をして、場内に設置されたスピーカー、花、標記などあらゆる物について気にならなくなるまで徹底的に見せたところ、本番では一切物見をすることなく、良い状態で競技をスタートすることができました。しかし、本番ではミスをいくつもしてしまい成績を伸ばすことができませんでした。競技の経験を積んで馬のことを良く知り、ミスをしないための騎乗もできるようにならなければならないと強く思いました。



▲馬が納得するまでひたすら見せます

移行運動のトレーニング

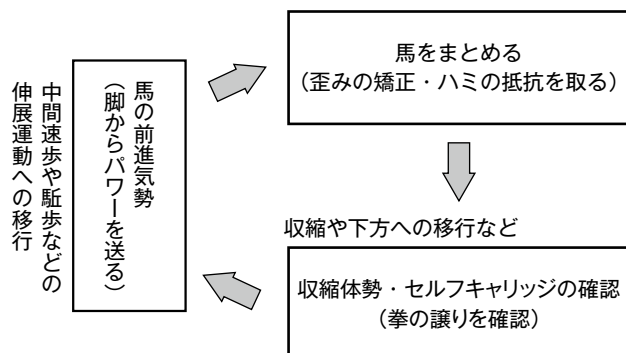
～収縮体勢をつくり、溜めたパワーを歩様に体現させるために～

オランダを拠点にトレーニングをするようになってから、一番多く行ってきたベーシックトレーニングは「移行運動」で、最近では徐々に細かい感覚を感じられるようになってきました。このトレーニングの目的と方法を紹介します。

❖ 目的

- ・馬の収縮体勢をつくる
- ・馬体に溜めたパワーを循環させ、歩様に体現させる（インパルジョン、カダンス）

❖ 方法



基本的には上図を繰り返して、徐々に馬の体勢を収縮させて馬体の中のパワーを強くさせていきます。この繰り返しによって馬の動きを「より良く」していかなければならず、この作業はらせん状に行なっていくイメージです。仮に、「目標とする馬の

収縮体勢での動作には、馬体にパワーが100循環している」とします。今までは、馬体に120のパワーを送って、馬に自分の手の内からはみ出させるようにして、それをまとめて100にする。馬体内のパワーが90、80と弱くなってきたら、再び120のパワーを送るということを繰り返してきました。これは間違っていないと思いますが、無駄があります。最も理想的なのは、この100のパワーがずっと馬体を循環している状態です。その状態に近づくための次のステップは「馬をはみ出させない（長くしない）ように強い力を馬体に送る」「馬のパワーがなくならないように馬をまとめて収縮させる」ことです。そのために必要なのは、伸展しようが収縮しようが同じバランス・体勢・コンタクトの中で馬をコントロールする技術です。私のイメージとして、上手なライダーは99.5～100.5というごくわずかなパワー差を常にコントロールしているため、ほとんど何もしていないように見えても馬が表現力に満ちた動きをキープしながら、正確に運動をしているのだと思います。

再び、インターナショナル競技

6月上旬には初めてオーストリアに遠征しました。オランダから800kmの道のりを13時間かけて移動しました。馬の状態は普段通りでしたが、やはり競技場では物見をしてシャイになってしまう部分があったので、とにかく時間をかけてできる限りの馴致を行いました。グランプリではミスをしないことを意識して乗った結果、68%を超えることができ、ここで世界選手権の出場基準をクリアすることができました。この頃から徐々にこの馬の競技会での精神状態や競技での騎乗方法を理解し始めてきました。

7月にはルクセンブルグのCDI4*に出場した後、世界選手権前最後の競技としてCDIO5* Aachenに参加しました。4月、5月にもこのAachenの競技に出場しましたが、今回は特別です。CHIO Aachenという複数の種目が行われるドイツ最大規模のこの競技会に、Imkeの「Aachenは世界選手権と同様かそれ以上の大勢の観客の前で演技をすることになり、レベルの高い人馬の中でのトレーニングや競技出場を経験できるので、人間にとっても良い練習になる」という考えのもと、エントリーすることになりました。

幸いこの会場での競技は3回目だったので、馬にあまり大きな緊張や委縮はないように感じられ、実際に前日練習はとても良い感触でした。しかし、初日のグランプリでは競技場内で重たくなってしまい、思うように動かせない状態で演技をすることになりました。準備運動から周囲の馬を気にして馬が体を硬くする場面がいつもより多かったのですが、私自身も気負い過ぎて馬にプレッシャーをかけ、その結果、馬が自信をなくしていったことが原因だったと思います。競技結果は良いものではありませんでしたが、このような大きな競技会に参加しなければわからない多くのことを経験し、感じることができましたし、華やかな演出のこの大会は選手に「また出たい」と思わせてくれるものでした。そして、次の機会があれば、しっかりとこの馬の良いパフォーマンスを見せられるようにしたいと思いました。

❖ 世界馬術選手権大会

《輸送と検疫》

5月号でレポートした通り、8月中旬から下旬にかけては Djuce とともにアジア大会に参加し、ジャカルタからオランダに戻ったおよそ10日後には世界選手権が行われるアメリカ・トライオンに向けて出発しました。



事前の準備は4ヵ月ほど前から始まっています。国外輸送歴の記入、血液検査、ワクチン接種など、しなければならぬことがたくさんありました。輸送はベルギーのリエージュ空港から直行便で10時間ほどで、馬場チームのフライトグルームは、普段から Barolo のグルームを務めてくれている Hanna が担当してくれました。空港から競技場への移動もスムーズだったようで、馬たちは無事に会場に到着しました。到着後は42時間の検疫があり、気温と湿度が高い環境で体調を心配していたのですが、Barolo はとても元気で、Hanna から「元気過ぎて引き馬するのが危ないのでチェーン付きの引き手を買ってきてくれ」と言われるほどでした。

《滞在中のトレーニングプラン》

滞在中のトレーニングプランは Imke と話し合って下表のように決めました。

トレーニング開始から競技出場まで5もしくは6日あったため、オーバーワークにならないように気を付けました。しかし、運動を始めてみると検疫解放後の元気さは何だったかと思うほど、シャイになり、非常に乗りづらい日が続きました。そこで獣医さんに血液検査をしてもらったところ、赤血球の数が減っていたようでそれを補うサプリメントをもらい、補液などの処置もしてもらいました。そのおかげもあり、競技前日には元気を取り戻し始めました。

トレーニング面では競技前日に、当日の流れを想定して、本番と同じ準備運動馬場で当日行うであろう順序で準備運動を行い、最終仕上げをメインアリーナで行いました。準備運動では全ての運動項目を短い時間でチェックし、運動間にはこまめに休憩を入れて馬体を冷やし、できる限り体力を減らさないようにしました。この時点で馬の仕上がりは非常に良く、私の感触としては今までで一番良い状態でした。馬の背から伝わってくる感覚はいつもより柔らかく力強く、前へ行こうという気持ちが強く伝わってきていました。

《競技結果と考察》

競技当日の準備馬場でも良い手応えでしたが、実際に演技を行うと結果は65.357%と今までで一番悪いスコアになってしまいました。この結果を「今回の演技が直前の準備運動や他の競技会（良い成績のとき）と比べてどのように違ったか」そして「そのときのジャッジの点数」と「過去のベストスコア時の得点」を比較してまとめてみました。

感覚としては普段よりも良いところと悪いところがそれぞれあるような内容でした。駢歩運動で馬の気持ちがオープンになったことはプラス材料でしたが、テストの前半は馬が委縮していたことは人前に出てこないスローなリズムでの演技でした。これからは入場から後半のように馬が自信を持った精神状態で演技ができるようにならなければなりません。



また、今回の一番の問題はピアツフェで、得点、感覚、見た目において悪いのは明らかです。日常のトレーニングではピアツフェが良くなかったことがなく、直前の準備運動でも良い感覚だったため、無意識のうちに「ピアツフェに大きな問題はない」と感じ、脚に対するクイックな反応を確認していませんでした。馬自身怠惰なところがあるため、このようになることを想定して準備運動で確認すべきことでした。今後は絶対に確認しなければなりませんし、トレーニングによって「ピアツフェは仕事をしなければいけない」という頭にしていかなければなりません。

Imke からの今大会の総評としては、「演技自体は決して悪いものではなかった。ピアツフェはもちろん改善しなければならないが、駢歩運動はいつもどおり良かったし、何よりミスがなかった。得点については、今回は低めで厳しいジャッジだったがこれがドレッサージュだから仕方ない。それでも東京に向けて良い経験ができた。たった8ヵ月で68%のクオリファイをしてこの舞台まで上がってきたのだから、私はあなたを誇りに思う」と、

9月4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)
検疫	検疫	検疫解放日	—	ファミリアライゼーション1日目	ファミリアライゼーション2日目	ファミリアライゼーション3日目	ファミリアライゼーション4日目 インスペクション
引き馬	引き馬	ストレッチ運動	通常のトレーニング	通常のトレーニング	通常のトレーニング	移行運動のみ(軽め)	通常のトレーニング
12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	
グランプリ1日目	グランプリ2日目	グランプリスペシャル	—	自由演技(中止)	輸送日	オランダ到着日	
競技	ストレッチ運動	ストレッチ運動	ストレッチ運動	引き馬	引き馬	帰厩後放牧	

褒めてくれましたが Imke もまた悔しさをあらわにしていました。今回の悔しさは必ず東京五輪の場で返したいと強く思いました。しかし、トレーナーやグルーム、獣医師、JRA や日本チームの皆さんに支えられてここまでたどり着けたことには感謝しかあ

りませんでした。また、馬の輸送や体調管理、他国の競技に向けたトレーニング方法や動向など、「この大会に出場しなければ分からなかったこと」を知り、経験できたことは何よりの収穫でした。

項目	騎乗感覚	今回 得点	過去 ベスト得点
入場	入場し始めると競技の雰囲気やや委縮するような感覚を受ける。 (物見というより自信がなくなってくるような感覚)	6.8	7.0
伸長速歩	良いときよりも前進する気持ちが弱く、8割程度の力しかなかった。 (前回の Aachen は5割程度しかなかったので、決して悪くはない)	7.5	7.4
ハーフパス	一気にテンポがスローになる。リズムブレイクを恐れてミスするリスクを取らなかった。	右:6.2 左:6.5	右:6.9 左:7.0
伸長速歩 (2回目)	1回目よりも良い感覚。このあたりから馬がオープンになってくる感覚があった。	7.5	7.7
パッサージュ・ピアッフェ	パッサージュの手応えは良かったが、ピアッフェへの移行で完全に止まってしまった。 その後はごくわずかながらステップを踏む。	5.0 ^{*1}	6.5
パッサージュ・ピアッフェ (2回目)	パッサージュは引き続き悪くなく、ピアッフェも1回目のように止まることはなかったが弱い。	5.6 ^{*1}	6.9
駢歩運動全般	非常に良い手応えになる。普段は駢歩運動で推進しながらの演技も多いが、脚を使う場面は明らかに少なかった。 しかし、伸長駢歩から踏歩変換のポイントで馬が物見をしてしまい小さなミスがあった。	7.0 ^{*2}	7.1
駢歩から速歩の移行	常歩に落ちかけるミス	6.2	7.0
パッサージュ・ピアッフェ (3回目・中央線)	パッサージュでは馬自身が前進する気持ちがあり手応えは悪くなかったが、ピアッフェはやや強く扶助を送ったがどうしても動かなかった。	5.3 ^{*1}	6.8

※1 ピアッフェのみのポイント ※2 駢歩区間全般の平均点