

第8回自転車セミナーを開催しました！

第8回目のテーマは、「サイクルロードレース観戦の楽しみ方」。サイクルプロショップ ポジティブの店主であり、J SPORTS 解説でお馴染みの 永井 孝樹 氏 にご講演いただきました。欧州プロチームのメカニックの経験に基づき、実際の会場やTV中継でのサイクルロードレースの楽しみ方について、裏話をまじえてご講演いただきました。

日 時：平成24年1月26日（木）18：00～19：30

場 所：自転車会館3号館11階会議室

講 師：永井 孝樹 氏

テ ー マ：「サイクルロードレース観戦の楽しみ方」

プロフィール：1972年（昭和47年）生まれ 山梨県甲府市出身

1990年（平成2年）県立機山工業高校卒業後、プロショップ高村製作所でフレーム製作に従事する傍ら、実業団登録の競技選手として各種大会で入賞実績多数、ヨーロッパ遠征も経験する。

1997年（平成9年）プロショップ高村製作所を退社後、翌年1月より渡伊。プロサイクリングチーム“RISO SCOTTI”などで、専属メカニックの一員となり、ツール・ド・フランスなど数々のビックレースを経験。

2004年（平成16年）帰国後の7月に、東京都世田谷区等々力に、「Bicycle Shop POSITIVO」を開業、現在に至る。



セミナーの様子

<要 旨>

永井氏は、15～25歳まで選手としてロードレースを経験した後、欧州においてプロロードレースのチームメカニックを経験（年間約120レースに帯同）しており、現在は、世田谷区で自転車店を経営している。

本日のセミナーでは、サイクルロードレース観戦の楽しみ方について、メカニックの現場（レース中は常に監督と行動をとともにしていた）やTV・雑誌の解説から得た知識をもとに、パワーポイントを使用した講演は本日初めてとのことでしたが、初心者でも大変分かりやすい内容となりました。

サイクルロードレースのゲームとは？

- ▼一般公道や閉鎖されたサーキットで行う
- ▼ゴールの着順や数日間の積算タイムを争う
- ▼チームプレイによって争われる戦略的なゲーム

具体的にはどんなゲーム？

- ▼トップカテゴリーのレースでは、180km前後のレースが多い
- ▼平均5～6時間で争う（長期間で行われる時は、コースが短い場合もある。）
- ▼基本的には個人の実力により、個人の成績を争う
→1レース（5～6名）のチームで参加。（グランツールは9or8名）
- ▼チームのエースを勝たせるのが目標
- ▼エース以外は逆境（風の抵抗、駆け引きなど）に立たされる

ここを知れば楽しい！

- ▼コースの特徴
- ▼優勝候補の選手と所属チーム
- ▼アシスト選手の仕事
- ▼選手に立ちはだかる空気抵抗

空気抵抗の話

- ▼走行時の風は常に存在する
- ▼先頭と後方の消費エネルギーがかなり違う
- ▼時速45kmで走行している選手の後ろでは、5～6割の力で済んでしまう
※ギネス記録では、1995年に先導車の後ろで空気抵抗をなくした状態で、走行し時速268kmというものがある。競輪選手のトップスピードの時速は約80km。

ロードレースの勝負の駆け引き

- ▼自分は空気抵抗を避け、いかにライバルに抵抗を与えられるか

※前に出なければいいのでは？→出たくない心理を利用

逃げの集団は

何人かでまとまる・後続集団引き離し・順番で先頭交代

小さい集団の方が1位になりやすい・スプリント力のない選手

一方後ろの集団は

前にチームの選手が誰もいない場合は、協力して前を追いかける

前にチームの選手がいる場合は、風を受けて追いかける必要なし（待機）

先頭を交代しながら走る

- ▼フェアプレーの精神

- ▼後に下がって体力温存

※風向きでローテーションが変わる→交代の割合により現況が分かる

向かい風…先頭の交代の割合が短い

追い風…先頭の交代の割合が比較的長い

※人数が多くいた方がより多く休める

ローテーションがスムーズに回らない時

- ▼思惑を持つ選手がいる

- ▼逃げを成功させたくない選手がいる

- ▼今いる集団から抜け出したい

- ▼誤魔化そうとする選手がいる

少人数の逃げと大人数の逃げとどちらが有利？

- ▼エースに勝たせるコツ＝「無駄なく」

- ▼エースには最後まで集団の先頭に立たせたい

- ▼前を追いかけるのは必要最小限にしたい

※チーム監督の指示→逃げの集団をゴール直前で捕まえる など

選手のタイプについて

- ▼ロードは無限大のバリエーションがある

- ▼選手によってタイプが違う

- ▼その局面におけるメンバーの得意分野

クライマー（山岳のスペシャリスト）

- ・体重が軽い
- ・筋力量が少ない
- ・スプリント不向き
- ・のぼりではタイム差がつきやすいのでエースの為のペースメーカー など

スプリンター（ゴールハンター）

- ・瞬発力、パワーがある
- ・エースのスピードをつくる など

ルーラー（スピードマン、パッシスタ）

- ・ハイアベレージで力を出せる持久力がある など

タイムトライアルスペシャリスト（クロノマン）

- ・勝つ責任ある
- ・ペースを上げる（集団を引っ張る）余裕がある
- ・ロングスパート向き など

パンチャー（アタッカー）→新城選手など

- ・アタックのくりかえし（回復力がある）ができる
- ・逃げに残る確率高い など

オールラウンダー（万能タイプ）

- ・全てで平均した走り
 - ・ステージレースのエースが多いが、現在は、山岳に強い選手が多い など
- ※1週間前後のレース（TV中継が少ない）では、エースが多い。

クラシックハンター（1DAYレース）

- ・欧州の歴史のある大会
- ・250km前後の難関コース
- ・1レースでも勝てばステータスになる など

レースの特徴は？

- ▼1DAYレースは起伏が多い
- ▼ステージレースは長期間実施するため、その日により難易度が違う

ステージレースの見方は？

- ▼総合優勝（長期）への戦略
- ▼各ステージの区間優勝（短期）への戦略
 - ※各チームにより思惑が違う
- ▼総合優勝を狙う選手のタイム差
- ▼各賞を狙う選手とそのポイント差、位置関係

ステージレース構成

- ▼通常のステージ
- ▼個人タイムトライアル
- ▼チームタイムトライアル
 - ※9名スタートしても、5名入れればよいなどの難しさがある。

チームプレイを見ているとおもしろい

- ▼エース
 - ・勝つのが使命
 - ・そのコースに適した選手
- ▼アシスト
 - ・エースを勝たせる
 - ・全体の8割がアシスト選手
 - ・エースに力を使わせない
 - ・エースを落車させないように風よけ
 - ・他チームを追いかけさせる
 - ・逆に他チームを追いかける
 - ・ゴールスプリントのペースアップ
 - ・山岳のペースメーカー
 - ・平坦のアシスト
 - ・チームカーとのやりとり
 - ・エースの落車があった場合器材を提供する
 - ※チームカーが後方に走行している場合が多いため

以上の説明の他、ジロ・デ・イタリアの平坦コースを一例に挙げて、図解により解説をいただき、知らなかったレースの展開や流れを感じることができた。

まとめとして、上記の基礎知識をもとに、ひいきチームの監督になった気持ちで観戦し、事前にコースの特徴や優勝候補者の情報を得ておくことにより、ロードレース観戦の楽しみ方が何倍にもなるということで、本講演は終了となった。

次回のセミナーは、2月23日（木）18時から 田村 浩 氏による「旅と自転車」～輪行ツーリングのすすめ～ をテーマとした講演を開催する予定です。

次回のセミナーへのご参加も、お待ちしております。

次回予定

<第9回>

平成24年2月23日(木) 18:00～19:30

講師：田村 浩 氏（シクロツーリスト編集長）

テーマ：「旅と自転車」～輪行ツーリングのすすめ～

お申込み方法⇒

http://www.bikeecology.bpaj.or.jp/information/2011/post_77.html



このセミナーは競輪の補助金を受けて実施いたしました。

<http://ringring-keirin.jp>