

A 11 レース(競漕)

RACE ;REGATTA

A111

競技スポーツとしてのロウイングの一般的目標は、レース、競漕での勝利あるいはクルーの内面的な目標設定に対するチャレンジであろう。

この章では、競漕に関する周辺技術、レースの中での技術について説明する。

大会会場では、目標としてきたそのレースに臨むため、コーチもクルーも、「良い面」を出しやすい。しかし、それでも、日常的に、悪い習慣しかなかったコーチやクルーが、それをカムフラージュできると考えるのは甘すぎる。

レースか日常か？

私の答えは、「日常が大事」ということ。確かにレースはめざした目標達成の場であるが、そこでは努力してきた毎日の結果が出るに過ぎない。レース会場での悪あがき(笑)より、日常における努力のほうが何倍も大切である。

RM2008での新規掲載：[RM3] ↓

A11-0xx レースの準備、スタートまでの流れ

A11-001	準備
A11-002	艇の搬送
A11-003	オールの搬送
A11-004	ユニフォーム、救命具など
A11-005	レースの支援
A11-006	乗艇練習
A11-007	監督主将会議、諸手続き
A11-008	各種の届け出、手続き
A11-009	追加の努力(仮題)

[RM3]

A11-1xx レースの手順、戦術

A11-101	レースの直前
A11-102	スタートへ向かう
A11-103	スタートにつける
A11-104	スタートの瞬間を待つ
A11-105	スタート
A11-106	スタートスパート
A11-107	レースの基本展開と戦術
A11-108	戦術パターンと局面処理 1
A11-109	戦術パターンと局面処理 2
A11-110	ラストスパート～ゴール
A11-111	ゴールとその後すべきこと
A11-112	レースの後
A11-113	様々なコースへの対応
A11-114	国際レースへの対応

A11-2xx 競漕規則、規定に関する解説

A11-201-1～11	競漕規則(本則)と解説
A11-202	競技者規定と解説
A11-203-1～3	競技者規定細則と解説
A11-204-1～5	コース規格規定と解説

A11-999 (ブランク；湖上)



RACE/REGATTA