

桑野造船株式会社 〒520-0243 大津市堅田 1-21-2 TEL : 077-573-8001 FAX : 077-573-8002
URL : <http://www.k-boat.co.jp> E-mail : kuwano@k-boat.co.jp

競技シーズンの開幕が間近となりました。また、学生ボート部さんでは新しい仲間を勧誘する最大の機会です。自分たちのクラブがこれから強くなるためには高い資質を持った新人を確保することが何よりも優先です。トレーニング効果だけでは性の差どころか個人差をも逆転するのは至難で、強くなるのは残念ながら限界があります。新人確保活動はクラブ強化戦略の要であることは分かっているにもかかわらず具体的に行動があまりできていない話をよく聞きます。いい仲間を増やしませんか。ご健闘を願っております。【古川】

未来に向かって進化

- お客さまの役にたつ存在になる -

- * 品質 品質、デザイン、価格の総て、3-0711 艇を超える。品質向上でお客さまの期待に完全に応える。
- * 挑戦 仕事のやり方を変え、時代にあった会社になる。新技術、新工法にたえず挑戦。
- * スピリット 考え過ぎずやってみる。最大の工夫である時間を短縮。クルーはその日、その場で処理。

「Rowing の最先端情報を知ろう！」セミナー報告 【黄瀬】

去る3月4日、瀬田でコーチセミナーが開催されました。内容は最先端のトレーニング・テクニック（講師：杉藤洋志氏）、ボートビルディング（講師：香川友歩）の3本立てです。以下、簡単ではありますが内容をご紹介します。

*最先端トレーニング

近年の世界大会では、第1クォーターのスピードアップがめざましい。有酸素パワーは依然大きなエネルギー源ではあるが、無酸素パワー、乳酸耐性の役割が増大している。ジャンニ氏のトレーニングメニューは乳酸（疲労）や心理的負荷を背負った状態で有酸素パワーを発揮することにポイントが置かれている。（メインメニューの前にスタート15本を数回行う等）また、Run や Bike などの Rowing 以外のトレーニングや Rowing 後の筋トレなど、一部の筋肉ばかりを使うのではなくすべての筋肉を総動員し効率よく身体を使えるようになるためのトレーニングプログラムが組まれている。

*最先端ボートビルディング

次代の造船を担うプリプレグ法を縦剛性に注目して解説。従来の製法であるウェットレイアップ法（手塗り）と違い、「樹脂の塗りムラがない」「樹脂の量を減らせる」「まっすぐな繊維が使える」などの剛性UPにつながる利点がある。また、樹脂量を減らせることにより艇重量も軽くなり、その分を剛性やバランス向上の部材追加に充てることが可能。木製ボートからFRP製へと造船界が変わったように、プリプレグは造船界を変える可能性のある製法である。



*最先端テクニック

Rowing テクニックは、ポジティブフォースの増大とネガティブフォースの減少が基本。ジャンニ氏のコーチングのポイントとしては、「水平成分を増やす（レンジを長く）」、「骨盤を動かす（大きな力を出しやすい姿勢）」、「リカバリーをすばやく（艇速を殺さないスムーズな体重移動）」ということがあげられる。リカバリーに関しては、従来「『腕 上体 脚』の順で」と言われていたが、先に膝を緩めるぐらいのタイミングが良いという話があった。

お知らせ

*全国高校選抜で展示ブースを設置

3月25日～26日と静岡県天竜で開催される『全国高校選抜ボート大会』で展示ブースを設置します。話題のプリプレグ艇も展示予定です。会場へお越しの際は、ぜひ一度展示ブースまで脚をお運び下さい。

*第6回メンテナンス講習会を開催しました

本年2回目となるメンテナンス講習会を3月10日～12日の3日間にかけて開催しました。テストピースによる練習の後、実際の艇でその修理を実践していただきました。次回は来年の2月頃開催となります。皆様のご参加をお待ちしております。

*ドラゴンボート用エルゴ

ローイング用エルゴを改造し、ドラゴンボート用のエルゴを製作しました。レール部分に台座を、チェーンにはハンドルの代わりにパドルを取り付けました。ご興味をお持ちの際はお気軽にお問い合わせ下さい。

16人漕ぎボート実現へご協力のお願い

現在、KUWANO では16人乗りのボートを浮かべたい！と計画中です。

8+のガンネルの平行部分を16シート連結するアイデアを持っていますが、これを実現するためには中古の同型の8+が3艇必要となります。使わずに眠っている8+の情報がありましたら、ぜひ弊社までご連絡ください。



BOAT TIMES の配信停止をご希望される方は、お手数ですが FAX (077-573-8002) 又は E-Mail (kuwano@k-boat.co.jp) で当社までご連絡下さい。また、ご意見・ご感想などもお待ちしております。

お手数ですがボート関係者へお渡しをお願いいたします。