

埼玉県スキー技術選手権大会 講評

Aコート 大回り

柔らかい雪質の中で、雪面コンタクトの差が大きく出たと思います。ターン前半から後半にかけてバランス良くプレッシャーをかけられていた選手に高得点が出ていたと思われます。後半にエッジングが強い選手は、減速や反発をもらってミスが目立っていました。斜面設定を把握して、演技後半にしっかりスピードが繋げるような構成を考えていただけると更に得点につながると思います。

Bコート 小回り中急斜面

コート状況も良いコンディションの中で皆さん積極的に滑ることができたように感じました。チャレンジコースは段階的に斜度変化があり、斜面の変化に合わせたポジショニングと雪面コンタクトと雪面からの圧の処理が上手くでき、スキーをスムーズに走らせることができた方には高評価をさせていただきました。一方、膝やエッジの切り替えでノーコントロールのターン、逆にターンサイズが小さく、横幅、落差が取れずにリズムや滑り共に窮屈になってしまう方も目立ちました。スキーをたわませてターンをする為の身体の使い方とポジショニング、また小回りという種目において、ターンサイズやリズム等ももう少し考慮し、それに合わせたスキー操作も意識していただくと良いと感じました。

Cコート 総合滑降

レギュラー

技術面

バーンコンディションが良かった割には、スキーを縦に踏めていない選手が多く見受けられました。スキーを縦に踏み、スキーを撓ませ、反発される事で躍動感のある切れの有るターンを日頃から意識して練習してもらいたい。

表現面

全体的に「大回りと小回りのリズム変化」という単調な滑りになってしまっている選手が多く見受けられました。もっとコートを自由に使い、どのようにター

ンを見せるかを考え、スピードにのせた中で「見せる」滑りを意識してもらいたい。

シニア

技術面

「スキーを踏む」事がスキーの上に居る事になってしまっている選手が多かった。それにより、中盤以降が縦長のターンになってしまっているケースが見られた。

「スキーを踏む」運動を止めないで、ターンさせたリズム、深さに合わせて動き続けるように意識を変えると確実に良い滑りになると思います。

表現面

選手の皆さんの意気込み、気持ちが乗っている滑りが多く見られたと思います。技術面の向上が出来ればさらに躍動的な滑りになると思います。

Dコート 小回り急斜面

全体的に個々のレベル向上を感じることができましたが、雪面コンタクト、エッジングが足りない選手が多かったと感じます。横押しのエッジングの方が多く、ズレの多いターンが目立ちます。スキーを回したいと思っただけで、小回りでもスキーを踏んで撓ませることが大事です。切り替え時からスキーを回そうとしすぎてテールを振ってしまうと、山回りの局面でしかエッジングができないので、次のターン方向へスムーズにスキーが動かなくなってしまいます。最低でもフォールラインに絡めてエッジングが出来るようにスキーを振らないでください。スキーを振らずに撓みでターンをするために、しっかりと重心を谷側に移動する切り替えをしてください。緩斜面と違い急斜面では、切り替え時に重心を落としていく必要があります。これができないと板を振る原因になります。