

B04 競漕 RACE

B04

小計42p = 中目次1+本文40+ブランク1
印刷版: ファイル数:15, ページ数40p
デジタル版: ファイル数:15, ページ数40p
ファイルサイズ:約21MB

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だろう。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。

RM4での新規掲載: [RM4] ↓

B04-0 競漕の概論, 哲学	3ファイル, 3p
B04-010 アンフェアとフェアプレイ宣言	
B04-011 さらなる努力の要不要	
B04-012 チャンピオンクルーの表情	[RM4]

B04-1 周辺設定, マネジメント	10ファイル, 10p
B04-121 遠征の準備	
B04-122 遠征用工具一覧	[RM3]
B04-123 ウェア, ナンバー, PFD	
B04-124 艇の重量規定と対処	[RM4]
B04-131 艇の搬送	
B04-132 オールの搬送1	
B04-133 オールの搬送2	
B04-151 レースの支援, 応援	
B04-171 代表者会議	
B04-172 各種の届け出, 手続き	

B04-2 競漕規則の理解	7ファイル, 32p
B04-221a 競漕規則(本則)・旧 ×10p cloud	[RM3]
B04-221b 競漕規則(本則)・新 ×11p	[RM4]
B04-222 競技者規定	[RM3]
B04-223 競技者規定細則 ×3p	[RM3]
B04-224 コース規格規定 ×5p	[RM3]
B04-241-30 競漕規則30・ブレードカラー	[RM4]
B04-271 競漕規則改訂の概観	[RM4]

B04-3 競漕 18ファイル, 18p

B04-311 大会での乗艇練習	
B04-321 レースの直前	
B04-331 スタートへ向かう	
B04-332 スタートにつける	
B04-333 スタートにつける能力とレース運営	[RM4]
B04-337 スタートの瞬間を待つ	
B04-341 スタート	
B04-342 スタートスパート	
B04-351 レースの基本戦術	
B04-352 戦術パターンと局面処理 1	
B04-353 戦術パターンと局面処理 2	
B04-354 レーン侵害への対処	[RM3]
B04-361 ラストスパート～ゴール	
B04-362 フィニッシュ	
B04-363 再レースへの対処	[RM3]
B04-364 フィニッシュのマナー	
B04-371 レースの後	
B04-381 様々なコースへの対応	

B04-5 国際レース 1ファイル, 1p

B04-501 国際レースへの対応	
-------------------	--

B04-7 パラロウイング・レース 1ファイル, 1p

B04-711 パラロウイング種目の規定	[RM4]
----------------------	-------

B04-9 ライブラリ 0ファイル, 0p

B04-999 ブランク	
--------------	--

