

3-01 リギングとは何か？

●この章では、ボートの各部の調整、「リギング」r i g g i n gについて説明します。視覚に障害がある場合、リギングの実際の計測や調整には、サポートが必要かもしれません。しかし、ある部分は、視覚に障害があっても自分で出来る方策をさぐりたいと考えています。基本的なリギングを記述しながら、改訂を重ねて、自力でのリギングの可能性を開拓していきます。

●このページではまず、主なリギングの要素と使用する計測器具について解説します。実際には、ボートと計測器具に触れながら、概念を理解していきましょう。

1 リギングとは何か？

●リギングとは、艇・オール各部分を、漕手や水面の状況などに対応して最適な状態に調整することです。以下のような要素があります。

●ワーク高（だか）、ワーク・ハイト： オールロックの高さのことで、ブレードの深さやハンドルを引く高さに影響します。

●スプレッド、スパン： スプレッドは艇の中心からオールロックまでの水平距離のこと、スパンとは、スカル両側のオールロックの水平距離です。ハンドルの左右位置やインボードとも関係します。

●ワークスルー： オールロックの前後位置のことですが、ふつうは相対的に、オールロックに対するレールやストレッチャーの前後位置として測ります。オールの移動角度、力の推進効率、キャッチ・フィニッシュの容易さ、ハンドルの左右変動などに関係します。

●ブレード・ピッチ（カバー角）： ブレードと鉛直面とのなす角度で、ブレードの浮き沈みに関係します。効率的なロウイングにとってとても重要で、沈むブレードはブレーキとなり、逆に、浮くブレードは水中に充分固定できません。

●ストレッチャーの傾斜、高さ（ヒール・デプス）： ストレッチャーボードの傾斜角や、ストレッチャーシューズ（かかと）の上下位置は、前傾姿勢の形成や脚力の発揮の最適化に関係します。

●インボード、てこ比： てこ比（ロードレシオ、ギア比）とは、テコとして働くオールのてこ比のことで、オールの全長やカラーの位置を変えることで調整します。最適な出力状態を達成するために重要です。てこ比を調整するとき、インボード（カラーからハンドル端までの長さ）も変化し、これはハンドルの左右の移動幅にも関係します。

2 計測器具

●角度計（傾斜計）、水準器（レベル）、メジャー： これらについてはすでに、項番号2の1で解説しました。

●ハイトゲージ（Lゲージ）： 約1m程度の長い水平の角材の一端に、短い鉛直の物差しつけたL字型の計測器具です。主にワーク高を測定するもので、ガンネル上端に置き、シートからの高さをメジャーで測り、またオールロックのオールを置く部分までの高さを測ります。他にもいろいろな形状、構造のものがあります。

