初版：令和元年（2019年）8月発行
第2版：令和3年（2021年）2月発行

CANOE SLALOM

第2版

カヌー・スラローム 観戦ガイド

GUIDEBOOK

監修：公益社団法人日本カヌー連盟

Contents

カヌーとは？ …… P.1
カヌー競技について …… P.2
カヌー・スラローム競技の概要 …… P.3
カヌーの種類と競技のクラス分け …… P.5
ハネタクに聞く ～カヌー・スラロームの魅力～ …… P.7
海外の有力選手 …… P.9
観戦のしかた …… P.11
東京2020 オリンピック競技大会 …… P.12
東京2020 オリンピック 日本代表内定選手紹介 …… P.13

発行：江戸川区
問い合わせ：江戸川区文化共育部スポーツ振興課事業調整係
☎03-5662-0664

©日本カヌー連盟

カヌーとは?

カヌーは、幾千年の昔から、人々の移動の手段や狩猟、輸送の手段として使用されてきた乗り物です。

最も古いカヌーの物証は6000年前のユーフラテス川の河畔のシュメール人の王墓に残されていた埋蔵品のほかに、東アジアから北米、南米に至る広い地域で、多くの諸民族がカヌーに乗っていたという報告があります。

カヌーは人類にとって生活に根ざした、最も古い道具の一つであるといえます。

カヌーとボートとの違い

カヌーと同じように、ボートも人々の生活を支える水上の乗り物ですが、カヌーとの大きな違いは、進行方向が前か後ろかというところにあります。

カヌー競技について

カヌーの競技には様々なものがあります。

150m～400mの急流を下りながらゲートを通過する技術とタイムを競うカヌー・スラローム、静水面で一定の距離を複数のカヌーで漕いでタイムを競うカヌー・スプリント、カヌー公式競技唯一の球技で水球のカヌー版ともいえるカヌー・ポロなどがあります。

様々なカヌーの競技

CANOE SLALOM

カヌー・スラローム(オリンピック競技)

変化に富んだ水の流れの上に設けられたゲートをくぐりながら下る競技。

ゲート通過時の技術が見どころ!

CANOE SPRINT

カヌー・スプリント(オリンピック・パラリンピック競技)

静水面に設けられたコースを漕ぎ、着順を競う競技。

コースを駆け抜けるスピード感が見どころ!

CANOE POLO

カヌー・ポロ

カヌー競技公式種目唯一の球技。
5人対5人で水面から2mの高さに設置されたゴールにボールをシュートする球技。
オリンピック・パラリンピック競技ではありません。

「水上の格闘技」とも呼ばれる激しいぶつかり合いが見どころ!

カヌー・スラローム競技の概要

カヌー・スラロームは、激流を下りながら吊るされたゲート（旗門）を通過する技術とゴールまでのタイムを競う競技です。

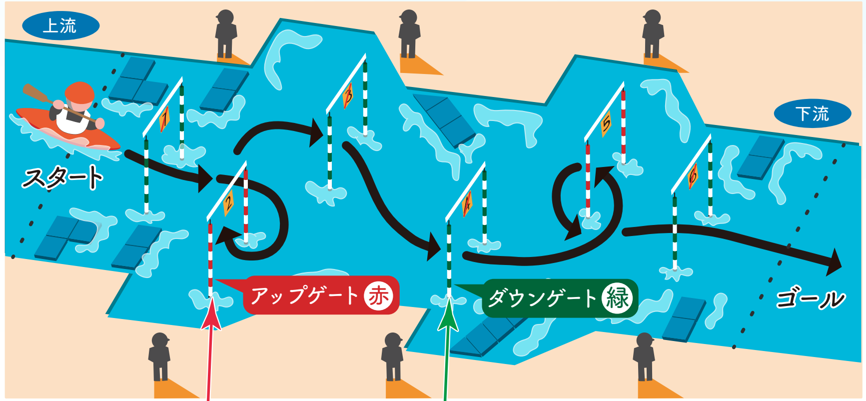
コースは全長150m～400mあり、コース上に2本のポールで作られたゲートが15個～25個設置されています。

ゲートには、上流から下流に通過するダウンゲート（緑白ポール）、下流から上流に通過するアップゲート（赤白ポール）があります。

ゲート通過時にポールに体や艇、パドルが触れると合計タイムに2秒のペナルティが加算され、ゲートの不通過と決められた方向以外の通過をすると50秒のペナルティが追加されます。

カヌー・スラロームのルールとコース例

ゴールまでの所要タイム	＋	ゲートを通過する技術 ◉ 2本のポールでできたゲートが15～25個 ◉ 全てのゲートを番号順に通過する ◉ ゲートに触れると2秒加算、不通過または決められた方向以外に通過した場合は50秒加算	＝	合計して順位を競う



上流に向かって通過するアップゲート【赤白ポール】

下流に向かって通過するダウンゲート【緑白ポール】

タイムペナルティ

2 Penalty seconds

2秒のタイムペナルティ

ダウンゲートとアップゲートで接触すると、同じように２秒のペナルティが課されます。

50 Penalty seconds

50秒のタイムペナルティ

ゲートの不通過だけでなく、決められた方向以外に通過しても、50秒のペナルティになります。

column カヌー競技の成り立ち

古代から人々の生活の支えとなってきたカヌーですが、スポーツとしてのカヌーの起源は1850年頃とされています。スコットランド出身の法廷弁護士で冒険家のマクレガー・ジョン氏の著書をきっかけにカヌーの人気が高まり、レースやツーリングといったスポーツとしての側面から近代カヌーの普及と発展がなされました。

最初に競技としてカヌースプリントが確立され、1936年のオリンピックベルリン大会でオリンピックの正式種目として採用されました。

一方でカヌースラローム競技は、1933年に夏の時期にスキースラロームの替わりとしてスイスで始まり、当初はフラットウォーターコースで行われていました。その後スイスが最初の世界選手権を1949年にジュネーブで開催し、1972年のオリンピックミュンヘン大会でオリンピックの正式種目となりました。

日本では1938年に日本カヌー協会（1980年、公益社団法人日本カヌー連盟へ法人化）が設立され、1964年のオリンピック東京大会でスプリント競技が正式種目として採用されたことがきっかけで、多くのオリンピック選手を輩出するようになりました。

カヌーの種類と競技のクラス分け

カヌー・スラローム競技では2種類の艇・パドルが使用されます。

競技用カヤック

カヤックに乗る人数によってクラス分けがされており、1人ならK1、2人ならK2となっています。

競技用カヌー（カナディアン）

カヌーに乗る人数によってクラス分けがされており、1人ならC1、2人ならC2となっています。

ハネタクに聞く ～カヌー・スラロームの魅力～

お湯の富士
江戸川区の銭湯の魅力をPRするキャラクター。職業は力士で、横綱になることが将来の夢。銭湯に行くことが趣味。

羽根田 卓也 選手
9歳からカヌースラロームをはじめ、高校卒業後には強豪国スロバキアへ渡る。2008年北京五輪からオリンピック3大会連続出場し、2016年のリオデジャネイロ大会ではアジア人初の銅メダルを獲得。「ハネタク」の愛称で親しまれている。

江戸川区でカヌーのＰＲに協力してくれている、江戸川区浴場組合公式キャラクターのお湯の富士が羽根田選手にカヌースラロームの魅力について、きいたよ。お湯の富士と一緒にカヌースラロームについて、勉強しようね。

お湯の富士：はじめましてっすぅ～。ぼくは相撲取りのお湯の富士っすぅ～。今日はカヌー・スラロームのメダリスト羽根田卓也選手とお話しできて、とっても光栄っすぅ～。どうぞよろしくっすぅ～。
羽根田選手：はい、お湯の富士君、今日はよろしくね。

【カヌースラロームって?】

お湯の富士：今日は羽根田選手から、カヌー・スラロームの魅力をばっちり聞くっすぅ～。僕は相撲ばっかりで、ほとんどカヌーのことを知らないっすぅ～。カヌー・スラローム競技ってどんな競技っすぅ～?
羽根田選手：簡単に言えば、激流を下りながら吊るされたゲートを通過する技術と、ゴールまでのタイムを競う競技なんだ。
僕はカナディアンという区分で競技をしているんだけど、他にもカヤックという区分もあるんだよ。カナディアンとカヤックでは艇の中の造りとパドルの形が全然違うんだ。
お湯の富士：パドルの形はたしかに違うっすぅ～。でも船の中の造りは外から見たら、ぜんっぜん分からなかったっすぅ～。他にも何か違いってあるっすぅ～?
羽根田選手：カヤックの方はゲートをギリギリで通ったり、スピード感がある競技かな。タイム差が出にくいことも特徴の一つだね。カナディアンの方は、技術やバランスのとり方、カヌーのコントロールが求められる競技なんだ。パドルの漕ぎ方にも違いがあって、カヤックの方はブレードが両側についているから手数が多かったり、ゲートの通過方法にバリエーションがあるんだ。カナディアン艇は正座をしているから上半身を大きく使って漕いで、艇をコントロールできるんだ。上半身を大胆に使ったダイナミックなパドリングがカナディアンの魅力だよ。

【カヌースラロームの注目ポイントって?】

お湯の富士：カヌー・スラローム競技って面白そうっすぅ～。オリンピックの時も会場で観戦したいっすぅ～。会場に行ったら、どんなところに注目して見ればいいっすぅ～?
羽根田選手：コースって結構な激流なんだけど、そんな激流の中でどれだけカヌーと自分の身体をコントロールして、ゲートギリギリを通過して、タイムを縮めているかを見ると面白いよ。あとは、1人の選手に注目するだけじゃなくて、他の選手との違いを見つけながら観戦するのが面白いね。同じゲートでも、選手によって通り方が違ったりするから、そこに注目するとこの競技の奥深さがわかってくると思う。特にゲートと次のゲートの間隔が狭いところに注目してもらうと、選手ごとに通過方法が違うから面白いと思うよ。

【上手な選手って?】

お湯の富士：カヌー・スラロームって奥深いっすぅ～。ちなみに、上手な選手ってどこを見たらわかるっすぅ～?
羽根田選手：カヌーの動きがスムーズで、楽に漕いでるように見える選手は上手な選手だね。ただ、強い選手の中には力で波をねじ伏せるように漕ぐ選手もいるんだ。そういうところにも選手の違いがあって、見てると面白いと思うよ。そういえば、お湯の富士君はカヌー選手に利き手があるって知ってる?
お湯の富士：知らないっすぅ～! 利き手によって、何が違ってくるっすぅ～?
羽根田選手：利き手によって、ゲートの得意な通り方があるんだ。よく見てるとラインのとり方も違ってくるんだ。例えば、僕は右利きで右漕ぎなんだけど、意識して右漕ぎだけで漕げるようなライン取りを意識してレースに臨むんだ。
お湯の富士：すごいっすぅ～。レースの前から勝負は始まってるっすぅ～。
羽根田選手：だけど、レース前に組み立てたものとは全然違うコースになっていることもあるんだ。その違いにいかに対応していくかが競技者として感じる、面白みの一つだね。
お湯の富士：僕もカヌー・スラロームやってみたいっすぅ～。
羽根田選手：カヌーを自在に操って激流に乗った時の爽快感、水をつかんでゲートをくぐった時の達成感はカヌー・スラロームの最大の楽しみだね。お湯の富士君もぜひ、カヌー・スラロームに挑戦してみてね。
お湯の富士：頑張って挑戦してみるっすぅ～。羽根田選手、今日はカヌー・スラロームの魅力を教えてくれてありがとうっすぅ～。ぜひ、会場に行って選手のみんなを応援するっすぅ～。

海外の有力選手

©アフロ

Fox Jessica [Australia]
フォックス・ジェシカ
【種目：女子カナディアン・女子カヤック】

フォックス・ジェシカはオーストラリアのカヌー選手です。

26歳ながら、ワールドカップの優勝が16回、世界選手権の優勝が7回、ロンドン五輪銀メダル、リオ五輪銅メダルと素晴らしい成績を誇っています。

フォックス選手の特筆すべき点は、カナディアン競技とカヤック競技の二刀流というところです。

両方の競技種目において、2020年のカヌー・スラロームの世界ランキングで1位の座に君臨する彼女は、まさにカヌー・スラロームの女王と呼ぶにふさわしいでしょう。

2021年の東京オリンピック大会でも彼女の素晴らしいパドリング技術には注目です。

©アフロ

Bozic Luka [Slovenia]
ボジッチ・ルカ
【種目：男子カナディアン】

ボジッチ・ルカはスロベニアのカナディアンの選手です。

ボジッチ選手はロンドン五輪、リオ五輪で 2人乗りのカナディアンに出場し、それぞれ8位、7位の成績を残しました。1人乗りのカナディアンでも、ワールドカップでこれまで 7個のメダルを獲得した世界トップクラスの選手です。

2019年には世界選手権3位、ワールドカップ総合2位の成績を収め、その年のスロベニアのベストパドラーに選出されました。2020年10月に母国スロベニアで開催されたワールドカップでは、国民の期待を背負って見事優勝を果たし、今後のさらなる活躍が期待されます。

column カヌー・スラロームの強い国ってどこ?

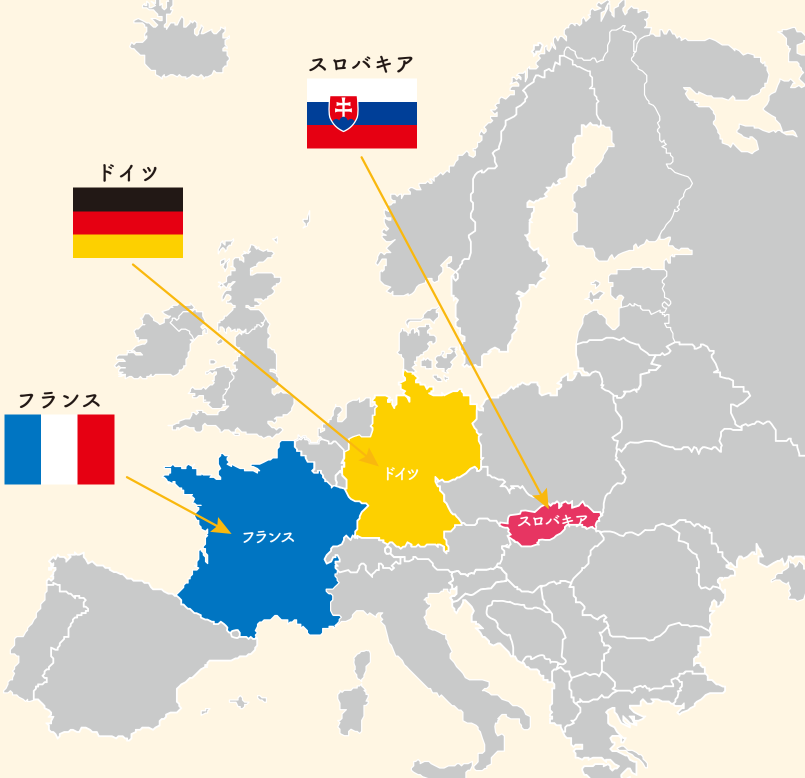
カヌーはヨーロッパで盛んなスポーツですが、その中でも特に強いと言われているのがドイツです。

国際カヌー連盟のランキングでも、ドイツの選手が上位に名を連ねています。

他にも、フランス、スロバキア、チェコ、スペイン、イギリス、オーストラリアなどが強豪国として知られています。

特に、スロバキアはカヌースラローム競技において、もっとも多くの金メダルを獲得した国として知られています。

日本の選手以外にも、海外の選手にもぜひ注目してください。



オリンピック メダル数ランキング

	金メダル	銀メダル	銅メダル
フランス	×7	×3	×8
スロバキア	×8	×3	×3
ドイツ	×4	×2	×5
チェコ	×2	×4	×3
イギリス	×2	×6	×1

観戦のしかた

カヌー・スラロームの応援方法は国によって様々です。

例えばスイスでは鐘を使って応援するなど、その国の特色を活かした応援が行われます。

日本では、「アップ」という掛け声が多く使われています。

また、国を越えて選手同士の仲が良いというのも、カヌー・スラローム競技の大きな特徴の一つです。

自国の選手だけでなく、他国の選手に対しても積極的に「アップ・アップ」と掛け声をかけてみましょう。

そして、選手のあきらめない姿勢に対しても惜しみない拍手が送られます。

タイムの入れ替わりの時などにも、同じく敬意を込めて盛大な拍手を送りましょう。

東京2020 オリンピック競技大会

国内初の 人工競技場 カヌー・スラロームセンター

葛西臨海公園の隣接地に、日本初の人工競技場となるカヌー・スラロームセンターが完成しました。

東京2020オリンピック競技大会の会場として使用されるほか、大会後は水上レクリエーションなど幅広い利用が予定されています。

2021年はカヌー・スラローム競技を観戦しよう！ ～東京2020 オリンピック競技スケジュール～

種目	7月25日 13:00-16:45	7月26日 14:00-16:45	7月27日 14:00-17:00	7月28日 13:00-16:45	7月29日 14:00-16:45	7月30日 14:00-17:00
男子カナディアン	予選	準決勝・決勝 表彰式	—	—	—	—
男子カヤック	—	—	—	予選	—	準決勝・決勝 表彰式
女子カナディアン	—	—	—	予選	準決勝・決勝 表彰式	—
女子カヤック	予選	—	準決勝・決勝 表彰式	—	—	—

東京2020オリンピック 日本代表内定選手紹介

❶ニックネーム　❷尊敬する人とその理由　❸自分のセールスポイント（注目ポイント）
❹趣味（カヌー以外）　❺カヌーを始めたきっかけ　❻座右の銘・信条

©日本カヌー連盟

Haneda Takuya

羽根田 卓也【男子カナディアン】

❶ハネタク
❷土方歳三。強くあるためのストイックさ
❸体幹の強さ・ねじる強さ
❹歴史小説・寺社仏閣めぐり
❺カヌーの元選手だった父の影響から小学校３年生の時に始める。
❻宮本武蔵の「千日の稽古をもって鍛となし、万日の稽古をもって錬となす」

©日本カヌー連盟

Adachi Kazuya

足立 和也【男子カヤック】

❶カズヤ（絶賛募集中）❷市場大樹コーチ。自分にできないことを選手だった経験からアドバイスしてくれるから。世界でもそのようなコーチはいない。❸艇を漕ぐスピードが他の選手より早い。❹カーレースの観戦。ゲームが好き、スマートフォンのPUBG（プレイヤーズアンノウンズバトルグラウンズ）得意 ❺幼稚園の時に始める。アウトドア系の幼稚園でカヌーに乗っていた。❻為せば成る為さねば成らぬ何事も成らぬは人の為さぬなりけり。

©日本カヌー連盟

Sato Ayano

佐藤 彩乃【女子カナディアン】

❶あや ❷チャングム（ドラマ『宮廷女官チャングムの誓い』）。辛いこと、理不尽なことがあっても、一生懸命に生きているところがかっこいいから ❸水と合っている時の流れの使い方と漕ぎ ❹お菓子やアクセサリーなどの物作り、アニメ鑑賞 ❺やらなかったら後悔すると思ったから。コーチに誘われていたから ❻いつもその時その時に自分ができる最善な行動をすること（間違ったり自分に嘘をつかなかった分だけ試合で結果として出てくると思います。）

©日本カヌー連盟

Yazawa Aki

矢澤 亜季【女子カヤック】

❶ちっちゃ
❷小林陵侑選手（スキージャンプ）。アスリートとしての競技スタイルがかっこいいから
❸アップゲートのターンの速さや波を突き抜けるようなスピード
❹釣り
❺元々父がカヌーをやっていて、兄が先にカヌーを始め練習を見に行くようになり、楽しそうだと思い始めました。
❻常に冷静