

第 15 回世界ラート競技選手権大会報告 —世界チャンピオンへの道のりを振り返って—

堀口 文¹⁾, 本谷 聡¹⁾, 高橋靖彦²⁾

A report on The 15th Wheel Gymnastics World Championships: Reflections on the Road to World Champion

Aya HORIGUCHI¹⁾, Satoshi MOTOYA¹⁾, Yasuhiko TAKAHASHI²⁾

I. はじめに

2022年5月22日～28日、セナボー（デンマーク）において、第15回世界ラート競技選手権大会（以下、世界選手権と略す）が開催された。13カ国から92名（男子28名、女子64名）が参加し、会場練習も含めた全競技日程が7日間で行われた。

近年の日本は、とくにシニア男子部門において、2013年・2015年・2018年の個人総合世界チャンピオンである高橋靖彦選手や、2016年個人総合銀メダリスト・種目別男子跳躍金メダリストの田村元延選手など、多数のメダリストを輩出しており、ラート競技発祥の国であるドイツに並ぶ強豪国である。一方、シニア女子部門では、筆者が獲得した2013年の種目別直転の銅メダルを最後に個人種目でのメダル獲得から遠ざかっていた。

このようななか、筆者は今大会での種目別直

転での優勝、種目別斜転と個人総合でのメダル獲得を目標に掲げ、シニア女子部門の日本代表選手および選手キャプテンとして出場した。本稿では、今大会での出来事を選手本人の立場から詳細に記録し、報告する。

II. ラート競技とは

ラート競技とは、ラートといわれる器具（写真1）を用いて行われるドイツ発祥のスポーツである。体操競技、新体操競技、フィギュアスケート競技などと同様に審判団の採点によって順位が競われる評定競技である。ラート競技には「直転」^{注1)}、「斜転」^{注2)}、「跳躍」^{注3)}という3つの種目がある。

直転には、技の難易度を示す「難度点」、演技の出来栄と構成要素を満たしているかどうかを示す「実施構成点」、音楽との調和やアイデアなど芸術的な要素を示す「音楽点」がある。斜転は「難度点」と「実施構成点」のみ、跳躍

1) 筑波大学体育系

Faculty of Health and Sport Sciences, University of Tsukuba

2) 秋田ノーザンハピネット株式会社

Akita Northern Happinets Co.,Ltd.

は構成要素がないため、「難度点」と「実施点」が採点される。

Ⅲ. 大会概要

ラート競技の世界選手権は2年に1度、国際ラート連盟（IRV）によって開催されており、個人の世界一を決める最高峰の大会である。今大会では、個人総合予選、団体予選、個人総合決勝、種目別決勝が行われた。2年前にニューヨーク（アメリカ）での開催を予定していた前回大会は、新型コロナウイルスの世界的な大流行により直前に延期され最終的には中止となったため、今大会は4年ぶりのオンサイトでの世界選手権開催であった。



写真1 ラート（日本ラート協会 HP より）

また、今大会は世界選手権の間の年に隔年で開催される団体の世界一を決める大会である「2023 Team World Championships」の予選に位置付けられており、団体予選における上位4カ国が出場権を得ることができる規則になっていた。

Ⅳ. 現地での生活と競技環境について

1. 日程

5月20日の朝に日本を出国し、同日の夕方にコペンハーゲン（デンマーク）に到着した。時差調整のために各自体調を整えながらコペンハーゲンで2泊し、22日に電車でセナボーへ移動した。到着後の日程については表1の通りである。

2. 宿泊・食事について

宿泊となった Hotel Scandic は、会場から1.2kmほどの距離にあり、オランダの代表団や大会組織委員会公認の中継班が同ホテルに宿泊していた。食事に関しては、朝食は Hotel Scandic のビュッフェ、昼食と夕食は会場または会場近くのホステルの食堂で用意されていた。会場から食堂も1km程の距離があった。日本選手団は移動手段として隣国からの代表団のように車が利用できなかったため、事前にレ

表1 日程表

日時	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
5/22(日)			09:56 København駅発						日本代表団 チェックイン						
5/23(月)	08:00 - 09:30 練習 (Group 1)	09:30 - 11:00 練習 (Group 2)	11:00 - 12:30 練習 (Group 3)	12:30 - 14:00 練習 (Group 4)			14:00 - リーダー会議	15:00 - 公式レセプション	15:00 - 18:00 審判講習会		19:00 - 20:30 開会式				
5/24(火)	08:00 - 09:30 練習 Germany	09:30 - 11:00 練習 Germany	11:00 - 12:30 練習 Switzerland	12:30 - 14:00 練習 Japan	14:00 - 15:30 練習 USA	15:30 - 17:00 練習 Austria, Denmark, Colombia, Bulgaria	17:00 - 18:30 練習 Belgium, Israel	18:30 - 20:00 練習 Ghana, Norway Netherlands,	20:00 - IRV General Assembly						
5/25(水)	08:00 - 09:30 シニア男子 w-up	10:00 - 11:15 シニア男子 予選	12:00 - 14:40 シニア女子 w-up					15:15 - 18:20 シニア女子 予選							
5/26(木)	08:00 - 10:00 ジュニア女子 w-up	10:20 - 13:05 ジュニア女子 予選					14:30 - 16:00 ジュニア男子 w-up	16:25 - 18:25 ジュニア男子 予選							
5/27(木)								16:15 - 18:20 ジュニア・シニア個人総合決勝 w-up	18:30 - ジュニア・シニア個人総合決勝 試合					21:00 - 表彰式	
5/28(土)		08:30 - 11:00 ジュニア・シニア種目別決勝 w-up			12:00 - ジュニア種目別決勝 (試合、表彰式)			15:00 - シニア種目別決勝 (試合、表彰式)						21:00 - 26:00 パーティー @Senderborghus	
5/29(日)	08:15 ホテル発	09:35 Senderborg駅発 電車													

ンタサイクルを手配して宿舎から会場、会場から食堂間を自転車で移動することで対応した。

3. 会場・器具について

会場となった体育館には、メインアリーナ(写真2)とサブアリーナ(写真3)があり、メインアリーナが競技会場および練習会場、サブアリーナがラートの保管場所とウォーミングアップ会場に割り当てられていた。メインアリーナは十分に暖かかったが、サブアリーナでは暖房が点けられておらず、当時のセナポーは気温が10℃～18℃と低かったこともあり、試合前の待機時間などは身体を冷やさないように配慮する必要があった。

会場の床は、日本の体育館の床に比べて非常に柔らかく、とくに繊細なコントロールが必要とされる斜転への影響が懸念された。実際、筆者を含めて複数の選手が演技構成の変更を余儀なくされた。一方、跳躍の着地マットは非常に硬く、着地の際の過大な衝撃による脚や腰への怪我に細心の注意を払う必要があっ



写真2 メインアリーナ



写真3 サブアリーナ

た。また、ラートは各サイズ2台ないし3台ずつ用意されており、それらの器具を使用した感覚としては、日本で練習に使用しているもの(Zimmermann Rhönradbau 製、2011年製造)よりも少し軽いように感じたことから、慣れるための調整に時間を要すこととなった。

V. 練習期間について(5月23日～24日)

1. 練習1日目(5月23日)

セナポーに到着した翌日からの2日間が会場練習日であった。初日の練習は、23名ずつ4つのグループに分かれ、8:00～14:00の間に各グループ90分の練習が確保されていた。グループの内訳は、国別のグループではなく、6～7カ国の選手が1～6名混ざった構成であった。筆者は12:30～14:00の枠の練習に割り当てられていたため、10:30前には会場入りし、他のグループの練習の様子から床の感覚を予想しながらウォーミングアップをした。

90分の間に3種目の練習をするとすると、休憩なく練習したとしても1種目につき30分ほどしか掛けられず、それに加え、練習初日は床との相性を確認しながら本番で使用するラートを決めなければならない。また、他国の選手と同じサイズのラートを使用する場合は、ラートの貸し借りのタイミングを交渉しながらの練習になり、且つ練習できるスペースも十分ではなかったため、ラートに乗ることができるのは実質70分程度だと予想して練習計画をたてた。

この日は、概ね計画通り、直転(約30分間)、斜転(約25分間)、跳躍(約10分間)の順で練習した。直転の通し練習では大過失もあり、全種目とも完璧と言える演技ではなかったが、会場の床とラートに慣れ、ミスが出た演技箇所の原因を確認することができたため、感覚的には2日目の練習につながる良い内容で練習を終えた。

2. 練習2日目(5月24日)

2日目も初日と同じく12:30～14:00の枠

での練習であった。初日とは違い日本代表選手のためのグループであったことと、人数も12名と前日の半分程度であったため、気持ち的にもスペース的にも初日より余裕を持って臨むことができた。

この日は、最初に斜転を短時間で確認し、優勝を狙っている直転の練習に時間をかけ、残りの時間を跳躍の時間に充てる計画を立て、練習開始と同時に斜転の練習に入った。初日より床の特徴を捉えられており、1本目の通し練習で最小限のミスで通すことができたため、ミスのあった部分のポイントを最後に確認し、直転に向かおうとしていた。

3. アクシデント発生

その斜転における最後の練習において、1つ前の技から最後の技へ姿勢変化をした際、右足の親指がラートに引っかかる形で強く背屈させられ、一瞬で感覚がなくなった。瞬時に、この後に予定していた練習ができないことと、足趾の痛みなく試合に臨むことができないことを察知し、すぐに練習を中断した。幸い帯同していた日本人トレーナーがいたため、すぐに怪我の状態を確認してもらい（帰国後、母趾のⅡ度捻挫と末節骨骨折と診断）、テーピングとアイシングの処置をすることになった。「試合に出ることはできると思う。」というトレーナーの言葉を信じ、患部への負担が一番低く、優勝を狙っている直転だけは何がなんでも出場することを決意し、残りの2種目については翌日の状態をみて判断することにした。

団体予選については、筆者は直転と斜転の2種目でエントリーされていたが、負傷したタイミングが最終エントリー前であったため、登録メンバーを変更することで対応した。幸いにも、斜転は次点の選手が経験豊富で実力もある森大輔選手であったため、急なエントリーになっても動揺することはないだろうという判断から自ら変更を願いでた。コーチおよび次点の選手も快く了承してくれ、非常に心強く感じる

とともに治療に専念することができた。

VI. 試合期間について（5月25日～28日）

1. 予選当日（5月25日）

練習日の翌日からシニアの予選が始まり、午前中はシニア男子のウォーミングアップと予選、午後からシニア女子のウォーミングアップと予選というスケジュールであった。怪我の直後から痛み止めを飲んでいて、予選当日の朝は荷重していなくても動かせば痛みが出る状態であった。午前中は、男子の予選が始まる直前まで患部が腫れないように足を挙上して過ごし、試合中も応援しながら患部の腫脹を緩和するためにトレーナーに徒手療法を施してもらった。

午後のシニア女子の練習では、直転に関しては痛みを伴いながらも足に負担が大きい終末技以外の全ての技ができることを確認した。この時点で、まだ他2種目に出場するかどうか決めきれずにいた。しかしながら、3種目出場したとしても足を庇うことで完璧な演技ができる可能性は低く、斜転と個人総合でのメダル獲得は難しいことを自覚していた。また本番の種目順が斜転、跳躍、直転の順であり、前半2種目によって怪我が悪化し、最終種目の直転で勝負できないというリスクを避けるべきだと考え、斜転と跳躍を棄権して直転に全てをかけて臨むことに決めた。国際審判として参加していた竹内直美さん（第3回世界選手権・女子個人総合銅メダリスト）の、「3種目出たい？でも私はやめた方がいいと思う。」という言葉にも決断を後押しされたことを覚えている。

筆者の演技順は30番目であったため、練習から本番まで数時間あいたが、他の選手の応援ができるほど冷静に過ごしていた。他の日本人選手たちが続々と全ての演技を終えるのを見届けながら、直前はサブアリーナで集中力を高め、本番に向かった。多少のミスはあったものの、神経が昂っていたためか冒頭のポーズと終末技である宙返りの着地以外は痛みも強く感じず、大過失のない納得できる演技ができた。その結

果、上位6名のみが進出できる種目別決勝に3位で駒を進めることができた(表2)。1位通過のPietro Isabel選手とは、0.6点の点差があったが、彼女が完璧な演技だったのに対し、自分の演技にはミスがあったため、決勝で良い演技ができれば十分に優勝を狙えると感じていた。

2. 予選後～種目別決勝前(5月26日～5月27日)

予選の演技実施後には内出血と腫れにより痛みが強く出たが、トレーナーの適切な処置のおかげで予想していたほど悪化はしていないように感じた。幸いにも種目別決勝まで2日あく予

定であったため、種目別決勝までいかに患部を回復させるかということが重要であった。コーチに加え、予選で試合を終えたメンバーがサポートにまわって荷物を運んでくれたり、移動時に足をつかないように肩を貸してくれたりしたことが大変ありがたかった。27日には個人総合決勝が行われ、他の選手の演技を見ながら、「個人総合決勝でも勝負したかった」という気持ちがふつふつと湧いてきたが、この悔しさを直転1種目にかけるという気持ちで自分を奮い立たせていた。

その夜、翌日の種目別決勝のスタートリスト

表2 種目別女子直転予選結果



Wheel Gymnastics World Championships 2022 Results - Women Straight Line Semi Finals



Place	Gymnast	Nation	Diff	Music	Exec	Result
1	Pietro Isabel	Germany	5.00	3.40	3.25	11.65
2	Peisker Karina	Germany	5.00	3.25	3.15	11.40
3	Horiguchi Aya	Japan	5.00	3.15	2.90	11.05
4	Hering Jasmin	Switzerland	5.00	3.10	2.85	10.95
5	Halwachs Birgit	Austria	5.00	3.00	2.90	10.90
5	Lessel Lillia	Germany	5.00	3.00	2.90	10.90
7	Rüttimann Shannon	Switzerland	5.00	2.80	3.05	10.85
8	Roser Kathrin	Switzerland	5.00	3.15	2.65	10.80
9	Kernacs Malena	Austria	5.00	2.75	3.00	10.75
9	Metz Sarah	Germany	5.00	2.85	2.90	10.75
11	Botta Leonie	Switzerland	5.00	3.10	2.60	10.70
11	van der Ham Ilse	Netherlands	5.00	2.95	2.75	10.70
13	Romijn Sanne	Netherlands	5.00	2.70	2.80	10.50
13	Vukusic Ingrid	Austria	5.00	2.80	2.70	10.50
15	Yamada Miho	Japan	5.00	2.75	2.35	10.10
16	Münchgesang Maiti	Germany	4.60	3.00	2.40	10.00
17	Lenzo Chiara	Switzerland	5.00	2.70	2.25	9.95
18	Waldram Marjet	Netherlands	4.80	2.35	2.75	9.90
19	Patzer Lara	Belgium	4.60	2.35	2.80	9.75
19	Kaldor Noam	Israel	4.80	2.15	2.80	9.75
21	Memeti Selina	Austria	5.00	2.10	2.45	9.55
22	Schot Simone	Netherlands	5.00	2.50	1.80	9.30
23	Houtkooper Chris	Netherlands	4.20	2.20	2.70	9.10
24	Urikane Shiori	Japan	4.60	2.35	1.85	8.80
25	Hagiwara Sarina	Japan	4.20	2.20	2.25	8.65
26	Matsuura Yuki	Japan	3.80	2.45	2.40	8.65
27	Mazhe Tamara	Israel	4.40	1.90	1.90	8.20
28	Temmer Emily	USA	4.20	0.80	1.20	6.20
29	Marks Olivia	USA	2.40	0.75	1.75	4.90
30	Shablott Rachel	USA	1.80	0.55	1.40	3.75
31	Clemente Mearieta	USA	1.60	0.95	0.10	2.65

が発表され、筆者の演技は抽選により最終種目の最終演技となったことがわかった。通常、決勝では予選における順位の低い選手から演技をするため、予選3位の筆者が最終演技者になったということに少し驚きもあったが、運が向いてきているのを感じ「これはいけるかも」という気持ちになった。

3. 種目別決勝当日（5月28日）

種目別決勝の日は8:00～11:00に練習があり、本番は18:30過ぎという日程であった。患部のことを考えれば、朝の練習はせずに少しでも回復させて本番を迎えるという選択肢もあったが、それよりもラートに乗る感覚を取り戻すことを優先し、一部の技練習と通し練習をした。患部以外の体調は疲労もなく万全であり、ほぼ完璧な通しができただため、そのまま練習を終えた。練習から本番までは6時間以上あくため、昼食後にしばらくサブアリーナで仮眠をとり、昂っている気持ちを落ち着かせた。

シニアの種目別決勝が始まり、決勝に進出した日本人選手たちの演技を応援しながら自分の順番が来るのを待った。予選のときよりも痛み止めの効きも悪かったためか痛みは強かったが、「ここまできたらやるだけ」という気持ちだったため、あまり気にせずにひたすらイメージトレーニングを繰り返し、メインアリーナへ向かった。一つ前の選手はドイツの Peisker Karina 選手で、今大会が始まる前から最大のライバルになるだろうと予想していた。また今大会では個人総合においても優勝しており、絶好調であった。会場の盛り上がりから、彼女が良い演技をしたことが予想できたが、幸いにも今大会は演技後に得点のアナウンスがなかった。そのため最終演技者であるにも関わらずライバルの点数を気にせずに演技ができたことはとても運が良かった。その後、自分の名前がアナウンスされ、フロアに向かった。演技中は足の踏ん張りが効かず少しバランスを崩すような箇所もあったが、冷静に対処しながら大きな

ミスなく通すことができ、予選で出たミスもしっかりと修正することができたため、予選よりも高い得点が期待できた。

Ⅶ. 結果

1. 種目別女子直転結果

結果は、予選から0.45点得点をのばして11.50点で優勝し、アジア人として初めて女子直転部門での頂点に立った（表3）。驚くことにライバルと目論んでいたドイツの Peisker Karina 選手と予選5位通過だったオーストリアの Halwachs Birgit 選手と同点優勝という結果であった（写真4）。得点の内訳をみると、Peisker Karina 選手が演技の出来栄を示す実施構成点が3.30点、音楽との調和を示す音楽点が3.60点で最高得点であった。一方、筆者と Halwachs Birgit 選手は演技の難易度を示す難度点が5.00点で Peisker Karina 選手よりも0.40点高い得点であった。更に、筆者と Halwachs Birgit 選手の得点を比較すると、音楽点は筆者が0.05点、実施点は Halwachs Birgit 選手が0.05点高く、最終得点が同点となった。

2. その他の個人戦結果および団体予選結果

日本選手団の結果は表4の通りである。今大会も男子選手の活躍が目立ち、5名全員がいずれかの種目で決勝に進み、個人総合での銀メダルを含めて4つのメダルを獲得した。一方、女子は筆者と松浦佑希選手の2名のベテラン選手が決勝に進出した。ラート競技は、世界的に女子の競技人口が非常に多く、直転、斜転に関しては男子よりも高い得点が出ることも多い。そのような状況で決勝に進出するためには、技術はもちろん、ある程度の経験値が必要であると推測される。今大会で決勝に進出した2名以外の3名の女子選手は、初出場であったため、今回の経験を活かして次回以降の大会での決勝進出に期待している。

また、今大会は来年スイス（予定）で開催さ

れる「2023 Team World Championships」の予選に位置付けられていた。団体予選の上位4カ国のみが出場権を得ることができる。男子個人総合予選1位通過（決勝3位）のSchloeder Malte選手や女子個人総合予選4位通過（決勝2位）のLessel Lillia選手を擁するドイツが全

種目大過失なく1位で通過した。一方、日本は斜転で大過失があったものの、世界最高難度の技を持つ選手が2名（高橋靖彦選手、後藤龍一選手）揃う跳躍で他国を大きく引き離し、2位で予選を通過した。この2カ国に加えて、3位のスイス、4位のオーストリアが「2023 Team World

表3 種目別女子直転決勝結果

Place	Gymnast	Nation	Diff	Music	Exec	Result
1	Halwachs Birgit	Austria	5.00	3.45	3.05	11.50
1	Horiguchi Aya	Japan	5.00	3.50	3.00	11.50
1	Peisker Karina	Germany	4.60	3.60	3.30	11.50
4	Pietro Isabel	Germany	5.00	3.30	3.00	11.30
5	Rüttimann Shannon	Switzerland	5.00	3.05	2.25	10.30
6	Hering Jasmin	Switzerland	4.60	2.85	2.40	9.85



写真4 3人同点優勝の表彰式の様子(右が筆者)

表4 日本選手団 ラート競技結果一覧
(決勝進出者のみ)

順位	氏名	得点
第2位	高橋靖彦	30.25

シニア男子部門
個人総合

順位	氏名	得点
第2位	高橋靖彦	11.25
第6位	安高啓貴	9.15

種目別直転

順位	氏名	得点
第4位	森大輔	10.30
第5位	伊佐義史	9.35

種目別斜転

順位	氏名	得点
優勝	後藤龍一	10.50
第3位	高橋靖彦	10.20

種目別跳躍

順位	氏名	得点
優勝	堀口文	11.50

シニア女子部門
種目別直転

順位	氏名	得点
第4位	松浦佑希	7.30

種目別跳躍

表5 団体予選結果

Country	Straight-Line	Straight-Line	Spiral	Spiral	Vault	Vault	Total (lowest score is discarded)	Place
Germany	Lilia Lessel 10.9	Malte Schröder 11.35	Isabel Pietro 11.35	Lilia Lessel 10.8	Luca Christ 9.35	Malte Schröder 10.35	54.75	1
Japan	Aya Horiguchi 11.05	Miho Yamada 10.1	Yasuhiko Takahashi 8.7	Daisuke Mori 9.75	Yasuhiko Takahashi 10.1	Ryuichi Goto 10	51	2
Switzerland	Simon Rufener 11.65	Kathrin Roser 10.8	Chiara Lenzo 8.55	Simon Rufener 11.35	Chiara Lenzo 7.35	Fabrice Schubert 8.5	50.85	3
Austria	Malena Kernacs 10.75	Birgit Halwachs 10.9	Malena Kernacs 11.35	Birgit Halwachs 10.25	Julia Kurz 6.9	Emilie Memeti 6.6	50.15	4
Netherlands	Ilse van der Ham 10.7	Gabriel Komans 7.95	Sanne Romijn 10	Ilse van de Ham 8.05	Sanne Romijn 7.15	Simone Schot 5.7	43.85	5
Israel	Noam Kaldor 9.75	Tamara Mazhe 8.2	Maayan Kiesler 7.85	Einav Dolev 8.2	Maayan Kiesler 7.5	Gali Rosner 7.75	41.75	6
USA	Casey Crowe 7.15	Olivia Marks 4.9	Casey Crowe 9.05	Emily Temmer 4.95	Casey Crowe 6.25	Dillion Czerny 5.2	32.6	7

Championships」の出場権を獲得した(表5)。

VIII. おわりに

2013年に自身が種目別直転で銅メダルを獲得して以降、世界選手権での優勝を最大の目標に過ごしてきた。満を持して出場した今大会、予選前日に足を負傷してしまうというアクシデントに見舞われたが、日本代表メンバーのサポートのおかげで目標を達成できたことに、心より感謝の意を表したい(写真5)。

今大会でのターニングポイントは、負傷後に出場種目を最大の目標である直転のみに絞ったタイミングであったと考えている。3種目とも練習を積んでいたため、悔しい気持ちがあったことも否定できないが、結果的には正しい判断であったと感じている。この経験から、突然のアクシデントや不測の事態にも動揺せずに冷静に状況を把握し、目標とその優先順位を見失わずに判断することの大切さを学んだ。今大会での体験を大いに活かし、後進の育成にも力を入れていきたいと考えている。今大会での結果が、後輩たちにとって日本人女子選手も世界選手権で優勝できるという希望になればと思う。

最後に、世界選手権出場にあたり、コロナ禍という特殊な状況にも関わらず快く送り出して



写真5 日本選手団 集合写真

くれた筑波大学体育センターの皆様へ心より感謝を申し上げ、本稿の結びとしたい。

注

- 2本のリングを床に接地させて、車輪のように前後に回転をする種目。
- どちらか一方のリングだけを床に接地させて、コインが円を描きながら転がる様に回転をする種目。
- 転がしたラートに向かって短い助走をして跳び上がり、回転しているラートの上を越えたり、ラートの上に乗ってから跳び下りたりする種目。(日本ラート協会 HP より)