

## Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

# ボート部日記

facebook

時々更新中。

西和賀高校ボート部のフェイスブックでは、さらに多くの写真や動画をご覧くださいことができます。シーズン中は、大会結果も掲載。ページへの「いいね！」をお願いします。



### 2022.4.19(火) 部登録

3月に6名の先輩方を送り出し、迎えた新年度。今年も6名が入部してきたので、昨年度と同じ20名での活動が始まりました！

### 2022.3.18(金)~21(月) 全国選抜

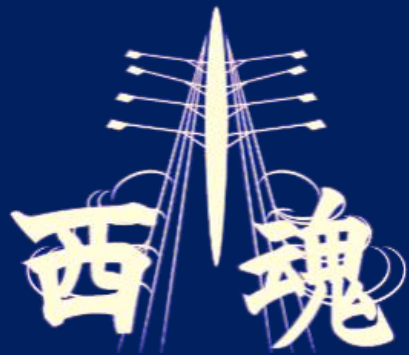
静岡県・天竜川で行われた、全国選抜大会に参加してきました。戸田で2日間の事前合宿を経て、浜松入りしていたので、16日深夜の地震の影響は受けずに済みました…。浜松は気温も高かったため、レースに向けたコンディションの調整もしやすかったです。

女子ダブルスカルスの柏崎・川村は、予選6着で敗者復活戦に回り、翌日の敗復では4着という結果で、惜しくも準決勝進出を逃してしまいました。

女子シングルスカルス久保は、予選2着で準決勝進出。準決勝上位2クルーが決勝進出だったのですが、3着となり、7-12位決定戦に回りました。8位までが入賞なので、絶対に賞状をもらって帰るぞ！と意気込み、見事7位入賞。

コロナ禍の中、大会を開催してくださった浜松市、送り出してくれた家族、応援してくれたすべての皆さんに感謝します！それぞれのクルーが得た経験は、今シーズンに生きてくることでしょう。まもなくシーズンイン。インターハイ・国体への出場と、入賞を目指し、練習に励みます！





## Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

### 2022.1.5(水)～10(月) 県強化合宿

10月の東北選抜大会において、岩手県は全種目が3月の全国選抜大会への出場権を獲得しました。その代表6クルーが集い、大会会場となる静岡県・天竜川での強化合宿が行われました。

この時期の岩手県では、水上練習をすることができないため、大変貴重な練習の機会となりました。1日25kmほどの距離を漕ぎ込み、水上の感覚を取り戻すことができました。(久々にオールを握って、手がマメだらけになりましたが…。)

ここから2ヶ月間は、再びエルゴでのトレーニングとなりますが、1日1日を大切にし、体力面・メンタル面共に、いい状態で大会を迎えたいです！

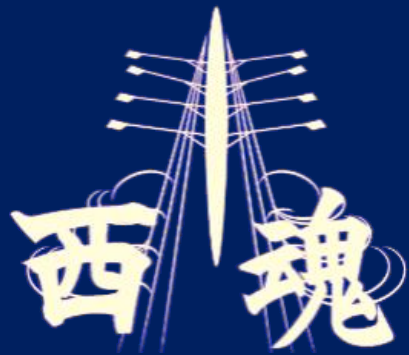
### 2021.10.15(金)～16(土) 東北選抜

開催時期がずれ込んだことにより、水位の関係で田瀬湖が使用できなくなったため、宮城県・アイエス総合ボートランドを会場に、東北選抜大会が開催されました。例年は予選・敗者復活戦・準決勝・決勝のレースが行われますが、会場に集まる人や時間を減らすために、決勝レース1本のみが行われ、全国選拔出場を賭けた戦いが繰り広げられました。

女子シングル久保は、見事優勝！本校19年ぶりの女子シングル優勝です。女子ダブル柏崎・川村は、良いリズムで900mまでトップ争いを繰り広げていましたが、最後のスパートで、相手クルーを突き放そうとした瞬間、オール破損。それでも諦めず漕ぎ続け、3位に入賞しました。2クルーとも、来年3月の全国選抜大会出場権を獲得。本校としては、15年ぶりの選拔出場です。







## Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

### 2021.9.19(日) SUPリレー

週末に田瀬湖で予定されていた東北選抜大会は、コロナウイルス感染症拡大に伴い延期となりました。また、出場枠も第1代表のみとなってしまい、第2代表として出場権を獲得していた男女クォードは、残念ながら出場することができなくなりました…。悔しい気持ちに負けず、楽しく練習！トレーニングの後は、SUPリレー大会を開催しました。



### 2021.8.27(金)~29(日) 新人戦

今大会では、夏合宿を経てパワーアップした西高をお見せすることができました！女子シングルスカルの久保晶（2年・沢内）と女子ダブルスカルの柏崎凜（2年・湯田）・川村愛華（2年・沢内）が、のびのびとした漕ぎで、見事優勝！

女子クォードは第2位、男子クォードは第3位にそれぞれ入賞。女子は全クルー、男子クォードは繰り上げで、4種目が10月に行われる東北選抜大会への出場権を獲得しました！

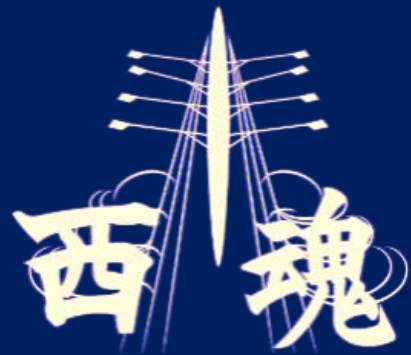


### 2021.8.14(木)~19(土) 北信越総体

インターハイが福井県・美浜町で開催され、女子シングルスカルで優勝した久保晶（2年・沢内）が出場してきました。

台風の影響で公式練習が延期となり、レース時間も大幅に変更されましたが、しっかりとコンディションを整え、無事に予選を突破！続く準々決勝を通過することはできませんでしたが、初の全国の舞台に臆することなく、自分らしい漕ぎを目指して頑張りました。





## Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

### 2021.8.8(日)~10(火) 夏季強化合宿

月末に行われる新人戦に向け、錦秋湖での強化合宿を行いました。初日は女子ダブルのシートレースから始まり、熱いレースが繰り広げられました。雨の中での練習もありましたが、さまざまな状況下でのレースを想定し、体力・技術・精神面を磨きました。

夜はみんなで貯砂ダムのライトアップを見に、2日目は焼地台公園に散策に行き、夏の思い出作りも。最終日は雨で、水上練習はできませんでしたが、代わりに温泉プールでスイムトレーニングを行いました。新人戦では、パワーアップした西高をお楽しみに！

### 2021.7.22(木)~25(日) 県強化合宿

2年生6名が、田瀬湖で行われた県の強化合宿に参加してきました。県内各校の選手と合同で練習を行い、他校の行動を見ながら、ボートの上での正しい体の動かし方や、効果的なストレッチなど、自分たちができていなかった部分を、具体的に改善させることができました。

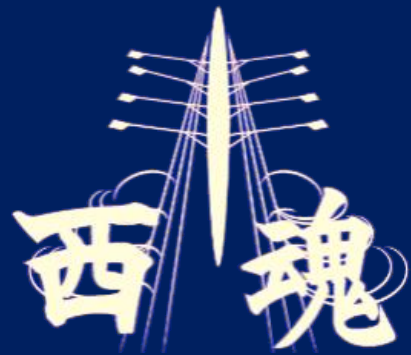
宿舎も他校と合同だったので、協調性を磨くことができました。まもなく本校での合宿も始まります。学んだことを、しっかり1年生にも還元していきます。

### 2021.7.17(土) 川遊び

午前の練習を終えて、湯本足湯の階段を降りたところにある川で一休み。いいアイシングになりました(笑)







## Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

### 2021.7.3(土)~4(日) 県民体

男女シングル・女子ダブル・男女クォードの5クルーが出場し、全クルー賞状をいただきました！ レース経験を積み、新人戦に向けた新たな目標を決める良い機会となりました。

### 2021.6.3(木)~5(土) 高総体

昨年度は中止だった高総体でしたが、今年度は無観客試合にて、無事開催されました。柴田祥汰（3年・江釣子）と山崎虹誠（3年・湯田）の男子ダブルスカルが、第3位入賞。女子は、出場数が少ないため、全クルーが入賞しています。

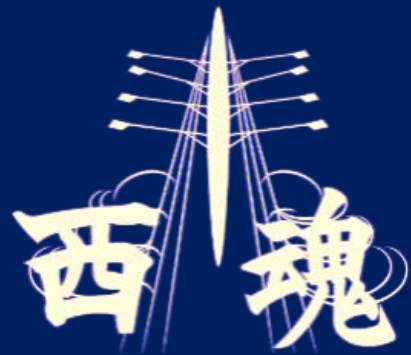
女子シングルスカルで優勝した久保晶（2年・沢内）は、8月に福井県美浜町・久々子湖（くぐしこ）で行われる、北信越インターハイへの出場権を獲得。本校ボート部としては、11年ぶりのインターハイ出場となります。技術・体力を向上させ、全国の舞台で戦ってきます！

### 2021.5.1(土)~4(火) 高総体前合宿

6月に行われる高総体に向け、ホーム・錦秋湖での強化合宿を行いました。雨や風で思うように練習できない日もありましたが、時間をたっぷり使って、平日や休日の練習だけでは確認しきれない技術チェックができました。

合宿最終日の昼食は、保護者会の方々のご協力による、激励バーベキュー会！たくさん練習し、モリモリ食べ、パワーアップを図った連休でした。





# Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して

練習風景を近くで見学可能

## 2021.4.16(金) 部登録

4/12、令和3年度の部登録の日。今年度は8名の新入部員を迎え、総勢20名での活動がスタートしました！

## 2021.2.27(金) 校庭地面出し競争

今年の冬は、雪による休校が何度もありました…。校庭の積雪もすごい！ トレーニングの一環として、校庭の雪を掘り、地面までの到達タイムを競いました。

## 2020.10.16(金)～18(日) 東北選抜

東北選抜ボート大会が、福島県・荻野漕艇場で開催され、県大会を勝ち抜いた男子ダブルが出場してきました。予選は悪天候の中のレースとなり、コンディションを調べきれずに敗者復活戦で敗退。精神面をさらに鍛えて、来シーズンに臨みたいです。

## 2020.10.10(土) 艇庫終い

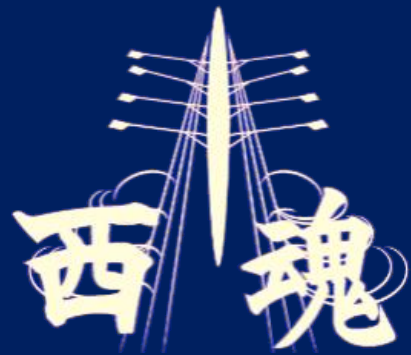
今年度の水上練習は終了。雪が降る前に、コースブイや棧橋、救助艇を片付けました。ブイや棧橋の撤去は、役場・生涯学習課のみなさんにやっていただいています。ブイや救助艇は丁寧に洗って、艇庫に格納しました。今年も1年、ありがとうございます。来年もよろしくね。

## 2020.9.19(土) 練習後

たまにはリフレッシュ。SUPに乗って錦秋湖を満喫しています。スタンドアップパドルボートのはずが…シットダウンパドルボート(SDP)になっています。







# Nishiwaga Rowing Club

新しいことに挑戦したい人へ

高校から競技を始める選手がほとんど

西和賀の自然の中で心身を磨く

練習で身につく力は自分の生活に生きる

東北・全国に仲間ができる

希望者はモーターボートに乗船して  
練習風景を近くで見学可能

## 2020.8.28(金)~30(日) 新人戦

今年最初で最後の県内公式大会。コロナ禍で開催も危ぶまれましたが、無事に開催されて本当に良かったです。

例年であれば、県大会2位までが東北選抜大会への出場権を得られるのですが、今年は会場の密集を防ぐために、各県第1代表のみの出場となりました。

大堰星哉（1年・沢内）と高橋仁都（1年・湯田）の男子ダブルスカルが、優勝。見事、東北選抜大会への出場権を獲得しました。男子舵手付きクォドルプルは、各校の強者が集結し、レベルの高い戦いになりました。本校クルーは、第3位に入賞。女子舵手付きクォドルプルは、第2位。優勝クルーとの差がついてしまったので、さらなる持久力の向上を目指します！



## 2020.5.31(日) 西高レガッタ

高総体・インターハイが中止となってしまったため、顧問が校内レースを企画。部活動の自粛期間が明けてから、エルゴのタイムでクルーを編成。1・3年生は男女混合クルーとなりました。およそ3週間の練習を経て、いよいよ「西高レガッタ」当日を迎えました。天候にも恵まれ、保護者・地域の方々の応援をいただきながら、今シーズン最初のレースに、全力で臨みました。3年生はこれが引退レースとなりました。1・2年生は3年生の想いを引き継ぎ、さらなるチーム力の向上を目指します！

## 2020.4.17(金) 部登録

令和2年度の部登録の日。今年度は6名の新入部員を迎え、総勢18名での活動がスタートしました！