

# スノーボードの魅力

2024年5月20日

1 / 2

毎年、山口の十種ヶ峰スキー場から広島、島根の瑞穂ハイランドまでを拠点に、宇部建の仲間たちと行っているウィンタースポーツを紹介したいと思います。

ウィンタースポーツとは、スポーツのなかでも特に冬季に行われるものであり、スキーやスノーボード、スノーホッケーなどのように雪上で行われるスポーツです。その中でも、私たちは、スキーやスノーボードを行っていて、カービング、グラトリ（低速・高速）、キッカー、パーク等それぞれ個人のスタイルを磨きながら楽しむことが魅力の一つです。

## カービング

スキー・スノーボードのテクニックの一つで、板のエッジ部分で雪面を掘るように鋭く滑るターンです。雪が舞い上がるスキッピングターンとは対照的に、エッジ部分に沿ってスーッとなめらかに滑るのが特徴で、滑った後に細いラインが残ります。



## グラトリ

グラウンド・トリックの略で、平地で繰り出す比較的低速のトリックの総称です。板を回転させるスピン系や、板を横にして滑らせるプレス系など、非常に豊富なバリエーションがあります。カービングのスピード域で行う高速なトリックもあります。

## キッカー

いわゆるジャンプ台のことで、大きさも形状も様々です。



## パーク

名の通り、公園のように自由な遊び場といったエリアで様々なアイテムがあります。

このように、広々としたゲレンデの中で、技術を磨き、自由に滑ることが出来るようになれば楽しいのは間違いありません。しかし、周りの方とも楽しく滑るには、ゲレンデ内のNG行動も多々ありますので紹介したいと思います。特に、多いのは初心者の方で、ゲレンデの真ん中に座ったり、周りを見ずにターンを切ったり、リーシュコードをつけずに板流しをしたり・・・その他にもありますが、ルールをしっかりと守ることで、より気持ちよく滑ることが出来ると思います！これから始めたいと思っている方は、まずは経験者の方と行ってルールや滑り方を教えてもらうことをお勧めします。

# スノーボードの魅力

2024年5月20日

2 / 2

私たちの練習成果を少しですが、ご紹介します。



年齢も年齢なのであまり無理はできませんが、皆でワイワイ滑ったり、直滑降でのスピード勝負などしながら楽しんでいます。走る等の運動が苦手な方もいらっしゃいますが、スノーボーは、板の上から動くことなく運動できるのも魅力の一つです。一本で滑るだけでも良い運動にもなり、時速 20~30km まで達しますのでとても気持ちいいです。しかし、調子に乗ると単独だけでなく、巻き込み事故等も起こってしまうので、その辺は、注意して滑っています。もう少し慣れてきたら、中部地方や東北地方にも進出できたらと思います。



難しいというイメージも強いかと思いますが、滑るだけなら正直誰でもすぐできるようになります。興味ある方は、ぜひ始めてみてはいかがでしょうか。