



写真文化首都

サポートパートナー

JAひがしかわ



有限会社シノハラ農産



後援会法人サポーター

石渡電気株式会社

株式会社エスレーベン

株式会社工務店ユキ

株式会社ハラケン工産

株式会社晴

株式会社ミゾグチ

株式会社宮坂建設

株式会社東川振興公社

JA信州諏訪

SNOWBOARD

ショップJET

東洋通信工業株式会社

廣田善康法律事務所

REMEDY

CONDITIONING

RUI蓮花

キトウシの森きとろん

湯元 湧駒荘

## 東川町での最終調整

約7週間に及ぶスイスでの雪上トレーニングを終え、10月のほとんどは東川町にてフィジカルトレーニングを行いました。雪上を経て感じた足りない部分、そこを伸ばすためにトレーニングメニューも再編。

メニュー変更で特に意識したことは、ジャンプ動作における初動の速さです。理由としては、滑走中の瞬発力が足りない、と雪上で感じたからです。少しの変化かもしれませんが、この結果が雪上でどう表れるか、楽しみにしながらトレーニングをしていました！

そして、いよいよ11月から雪上練習再開です！

## スイスでの出会い

10月初旬に終えたスイス遠征では、オリンピックメダリストであるSchoch兄弟の家にホームステイをさせていただきました。

一時代を築き上げたスーパースターと同じ空間を共有し、滑りのコーチングだけではなく、スノーボードにおけるメンタルの話をしたり、たわいもない話をしたり、全てが素晴らしい時間でした。

そして、11月からの遠征でもSchoch家へ。スイスを拠点に雪上トレーニング、大会に取り組んでいきます。

特に日本人がヨーロッパを転戦する中で帰る家がある、それがどんなに恵まれたことか計り知れません。この素晴らしい環境から、高みを目指していきます！

