

# スポーツクライミング

## 概要

小さい頃、野山の崖を競争しながらかけ登った経験がある方は多いのではないのでしょうか。スポーツクライミングは、その競技性を極限まで高めたスポーツで、選手は垂直にそり立つ壁をカラフルなホールドを使って道具を持たずに自身の体一つで登ります。

オリンピック東京 2020 大会で実施される種目は、制限時間内に高さ 15m 以上の壁のどの地点まで登れるかを競う「リード」、同じ条件で設置された高さ 15m の壁を 2 人の選手が同時に登り速さを競う「スピード」、高さ 4m の壁を制限時間内にいくつ登れるかを競う「ボルダリング」の 3 つ。オリンピックでは、各選手がこの 3 種目を行い、その合計点で順位が決まります。

種目によって安全確保のためのロープなどの器具は装着しますが、登るためには道具の使用は許されず、素手とクライミングシューズのみで壁に挑みます。身体能力とテクニック、そして攻略するための読みが必要です。何よりも知力や判断力がないと勝利を手にすることができないスポーツなのです。

## ルール・見どころ

### ■リード【山岳スポーツセンターに設置 ※利用には資格が必要で有料】

高さ 12m 以上の壁に設けられたルートを 6 分以内にどの地点まで登れるかを競う種目です。選手は安全の為に、ロープをクイックドロー（ロープを引っ掛ける器具）に掛けながら登、トップのクイックドローにロープを掛ければ「完登」です。途中で落ちた場合はそこが記録となり、再トライはありません。完登した選手あるいは同じ高さまで登った選手が複数いる場合は、タイムが早い選手が上位となります。

選手たちは一手でも上を目指し、渾身の力を込めて登ります。ダイナミックなクライミングが見どころです。



### ■スピード【山岳スポーツセンターに設置 ※利用には資格が必要で有料】

毎大会同じ条件で高さ 15m、95 度に前傾した壁にセットされた同一の 2 本のルートを 2 人の選手が隣り合わせで登り、勝ち抜き形式で速さを競うスプリント種目です。2 人の瞬発力がぶつかり合う試合が展開され、フライングは一発で失格となります。世界記録は、男子では 5 秒 48、女子で 7 秒 10。あまりの速さに驚くことでしょう。



### ■ボルダリング【市はだの丹沢クライミングパークに設置※利用は小学生以上有料、未就学児は無料】

高さ約 3～5m の壁に複数の課題（コース）が生まれ、いかに少ないトライ数で多くの課題を登り切れるかを競う種目です。トップ（最上部）のホールドを両手で保持できれば、その課題はクリア（完登）。1 課題につき、4 分の制限時間が設定され、時間内であれば、何度でもトライできます。

各課題には、指先しかかからない小さなものから、両手でも抱えきれないホールドが設置されています。そのため、体だけでなく頭に柔軟性も必要です。頭脳と手足を巧みに使いながら驚くような姿勢で、課題を登る選手を思わず応援したくなります。

