



ナショナルデー

アッサラームアライクム。

12月突入、今年もUAEの建国記念日、ナショナルデーが来ました。今年の建国記念日は5連休でしたので、急遽日本へ帰省してきました。せっかく夏休み太りを解消できたと思った矢先の帰省だったので、案の定リバウンドです。塵も積もれば山となる、しかし、崩れるのは一瞬ですね。

海猿への道



少し遡り、11月。「海に潜ってみたいか」という天からの誘いがありました。私は、夢にも見たダイビングということで、二つ返事で参加を決意。ダイビングライセンスを取ることにしました。講習は二日間あり、講師も日本人で、最高に楽しいライセンス講習になりました。素潜

— 出来事 —

新年明けまして おめでとうございます います

- 1月6日～11日まで UAE 代表合宿をフジェイラにて行います。
- 1月14日より知的障がい者の為の柔道指導を始めます。
- 2月13日～20日までサラエボにコーチングセミナーへ行って参ります。

今月のアラビア語

「マラタニア」

意味: もう一回。

شكرا

シュクラン日記

1月号

りが得意だった私は、ずっと長く潜りたいと夢を見てきました。夢は叶うものですね。11月にまた一つ夢が叶いました。これで次の海猿への道が切り開くことができます。

UAE カデ・ジュニア代表合宿



2018年12月、今年最後の合宿を行いました。以前、国内合宿を行ったのは2017年の4月、私がUAEに来て半年後の事でした。その頃は、国内合宿で受け身、体操を教えるくらいのレベルでした。話も聞かない選手ばかり、自分の監督の名前も知らない選手もいたくらいです。それから約1年半、確実にレベルは上がっていることでしょう。楽しみにしていました。

今回はフジエイラマーシャルアーツの柔道場を使用させていただき合宿を行いました。午前・午後の一泊5時間の練習で基礎体力、技術、実戦練習と濃い練習をすることができました。練習前の練習にリーダーを決め、体操を指揮させることもできたのです！この時点で成長が感じられました。今回の合宿は、受け身や体操を指導することなく技術練習に移れ、スムーズに練習に入れました。



体操の後は勿論反復練習、打ち込みを各自で行いま

す。「先生！何回やればいいんですかー？」という選手もいなくなりました。打ち込みの後の乱取り(実戦練習)でも、2年前は2分×5本を行い、座りこむ選手、水飲みに行く選手、ペラペラとしゃべる選手が居ました。今回の合宿では、立ち技と寝技を3分×10本ずつ、ダイレクトにできるようにもなりました。嬉しかったですね。10本終了後に息を切らしながら倒れこむ選手を見ると成長を感じます。自分の限界で実戦練習を行うことで自分の限界を伸ばすことができます。選手らに負けたくないという気持ちが出てきた表れだと私は感じております。今期の合宿では、以前の合宿とは比べ物にならないくらいの成長ぶりを見ることができました。世界に比べれば柔道のレベルはまだまだ低いですが、柔道によって彼らが、変わっていていることを確信しました。



以上

(UAE柔道連盟 原口直也)