



## スピードスケート競技の見どころ

スピードスケートは、スケートという道具を使うスポーツですが、平地で人の能力だけでタイムを競う競技の中で、最もスピードが出る競技です。時速 60km を超えるスピードで滑走する選手もいます。そのスピードの中でのコーナリングの技術、予選での駆け引きなど見どころ満載です。

全国中学校スケート大会のスピードスケート競技は、予選をシングルトラックレースで、決勝をダブルトラックレースで行います。

### 予選(シングルトラックレース)

シングルトラックレースは、日本独特の競技方法で国民体育大会や全国中学校スケート大会の予選、小学生の大会などで行われています。

競技方法は、短・中距離種目（500m～1500m）で 8 名未満、長距離種目（3000m～10000m）1 2 名未満の選手が一斉にスタートし、タイムや順位を競う競技方法です。

スピードスケート競技では、風の抵抗が一番の減速要因となります。そのためシングルトラックレースでは、先頭を滑る選手の負担が大きくなります。このため選手は先頭に出ることを嫌います。全国中学校スケート大会では、一人の選手に負担をかけることを避けるために、1500m 以上の距離にポイント制という制度を設けています。

ポイント判定ラインはフィニッシュラインで、先頭で通過した者にポイントが与えられます。各距離のポイント取得回数は、1500m と 3000m で 1 回、5000m で 2 回の回数が課されています。

全国中学校スケート大会での決勝進出者は各種目 24 名となっており、予選の組数も多いため、予選通過のための条件を規定しています。

各組 4 位までがタイム計測の対象となり、仮に組数が 10 組の場合、40 名がタイム計測されます。その中のタイム上位 24 位が決勝進出者となりますが、1500m 以上のポイントを課された種目では、単純にタイム順に決勝進出者を決定するのではなく、ポイントを完了した者に優先して順位が付くため、予選でのレースの駆け引きも見どころになります。

### 決勝(ダブルトラックレース)

予選を通過した 24 名により、インレーンスタート、アウトレーンスタートの 2 名でタイムを競う競技方法です。予選のタイム順により決勝のスタート順が決まり、予選の通過タイムが良い選手が後半に滑走するため、後半ほど速いタイムで滑走する選手が多くなります。また、1500m 以上の種目では、カルテットスタートで行うため、4 名の滑走がご覧いただけます。

500m は、スタートレーンでの不利が出ないよう、インレーンスタートとアウトレーンスタートの 2 回の滑走を行い、合計タイムで順位を決定します。