

トップ選手育成事業『クラブ選手海外派遣活動』

# オースティンからの便り

楠 康成の挑戦!!

～ アメリカ編 ～



今回はオースティン生活  
終盤のお話です。

というか...

シーズン初戦。

テキサスリレーのお話。

いつも暖かい応援ありがとうございます。

今年はこちらで3ヶ月間のトレーニングをしてきてのテキサスリレー、練習はしっかりとこなし、充分できていました。しかし、最終調整。2週間前からテキサスリレーに向けてフォーカスしていく所で、ミスが多くありました。

それは走る練習というよりはその他です。

体調が優れないからその場しのぎの練習があったり、疲れたからケアを手を抜いて寝てしまったり、そういう面が振り返るとあったかだと思います。

しっかり走るつもりで合わせていた初戦で蓋を開ければ二戦して両方はずしてしまいました。

とても悔しいと共に不安になることもありましたが、コーチ、レオともしっかり話をし、前を向けています。1マイルでの散々な走りの中でも気付けたこと。僕に必要なアプローチなど発見も多かったです。

それはこれからの財産になるし、何よりここからの起爆剤になると思います。

シーズン初戦がダメだからナーバスになるのではなく、幸いな事に練習はできていてインプットはバッチリです。後は試合でアウトプットする集中力。どれだけの時間をその4分間？3分40秒間？のために費やせるかです。

ここから思いっきりやるだけ。初心を忘れず挑戦します！  
By. 康成



Texas relay :  
800m 1' 52" 83 8位  
1mile 4' 09" 03 11位



オースティンからの便り

康成がアメリカでのトレーニングに入って2か月半。ブログやツイッター等で配信される日頃の生活の事も面白いですね。本人から直接電話等で話も聞いているので、練習内容もある程度は解っていますが、トレーニングも順調なようです。

昨年からはスタートした海外派遣事業を通して感じていることは、彼の環境適応能力の高さです。外国人のコーチ、長期的な海外生活。食も文化も言葉も環境もすべてが違ってくるに単身乗り込み、高いトレーニングを積み重ねています。世界で戦うということは、海外でのトレーニング環境をどう自分のものにしていくかです。それができるか？できないか？それも本人の能力だと思います。今回は3か月以上になりますが練習含めて生活全般オースティンを楽しんでいるようですね。

何より一番うれしいことは子供の頃のように陸上競技を楽しんでいることです。

海外の仲間と仲良くやっていること、言葉の壁を感じないコミュニケーション力、自分を信じ、指導者を信じて尊敬する選手と共に時間を共有していること、それを難なく乗り越えていること等々すべて含めて陸上競技を楽しんでいるようです。この練習スタイルが、次の康成の競技能力のステップアップに繋がることになるでしょう。そして、将来、この経験は自分の人生の力として帰ってくると思います。

頑張れ 康成 世界を目指して！

By 監督