

後書き

私が生まれた 1980 年代は高跳びの技術論もトレーニング論もまさに技術革新の激しい時代だった。

大きな変化と言えばやはりベリーロールが無くなり、背面跳びの選手が増えたことだろう。私は小学生と中学生の前半はベリーロールで跳び、途中で背面跳びを始めた世代であり、ベリーロールで本格的に跳んでいた最後の世代となった。

指導者の考え方も大きく変わった時代だった。選手に練習を強要せず自分で考え自由に練習させるようになった。選手が記録を伸ばす「きっかけ」も平等に与えるようになった。選手の多様性を理解して一人一人に合った練習方法を考える指導者が増えた。

前世代の先輩選手の時代に「プロ並み」とされた技術やトレーニングは、私達の世代では普通の高校生や大学生が当たり前に行う技術とトレーニングになった。

私が 2003 年に跳んだ 225 は、私が生まれる少し前の 1976 年のモントリオールオリンピックの優勝記録（当時オリンピック記録）と同じ記録である。当時世界最高だった技術であっても 30 年もすれば日本の一学生でもできる「当たり前」の技術になってしまうということだ。

どんな記録もいつかは誰かに更新されてしまう。その時々で最高だった技術もいつかは陳腐化して革新的な技術に取って代わられる日が必ずくる。今までがそうだったようにこれからもそうした歴史が繰り返されることだろう。

今から 30 年後の学生が 240 を跳ぶことは難しいかもしれないが、私はそんな時代がいつかくることを楽しみに待っている。

そうした時代が来れば、新しい世代の選手が「新しい教科書」を作成して、次の世代の後輩選手に新たな技術を伝えてくれることだろう。そう願っている。

