

2014 世界男子・女子 パワーリフティング選手権大会 平成 26 年 11 月 2-9 日 報告、写真： ワールドニュース編集部、吉田寿子

今年の世界男子は、11/2-9、デンバー、USA で開催された。

主催者は、何度か国際試合を招へいしている 2014 年世界マスターベンチスーパーヘビー級世界チャンピオンのダニエルと本年度世界マスターパワー 63kg 級準優勝のジェニファー夫妻。夫妻は、選手の立場から、大会を準備しているので国際大会を重ねることに選手には、参加しやすい大会になっているはず、と、大会前に話していた。2015 年には、マスターズベンチとマスターズパワーの二つの世界大会を招聘している。

日本選手団は、上野浩幸団長を中心に、選手が、一致団結し、力を尽くして戦った。また、荒川大介さんが JPA から審判員に指名され、IPF からはボードメンバーとして吉田進に参加要請があり大会に出席した。私は、今回は世界大会観戦と、アジア連盟の細々した打ち合わせのために USA 入りすることになった。

IPF の総会では、アジア連盟として事務局長のエディー・トレス氏と私とで、総会に出席した。4 人以上選手を送るのに審判員を送らない国には、罰金が科せられる、とか、むやみに所属国を変更することに対する規制ルールな

ど、が話題に登ったが、特に、重要な変更はなかった。私が、気になったのは、今後はルール委員会にルール改定を行うことを委ねる、という案が可決されてしまったことだ。以前のように、IPF 総会で、ルールそのものが審議されることはなく、ルール委員会が審議を重ねた結果を、IPF ボードメンバーが認めれば、そのまま、ルール変更となることだ。事前にどのようなルール変更案が審議されるのか、私などは知りたいと思うが、どうやら、IPF からの通達で、ルールの変更を知ることになるようだ。今回も、11 ページに及ぶルール委員会からの変更発表があるとのことで、IPF ホームページの掲載をまっているが、11/15 現在、まだ発表されていない。

具体的なルール変更については、IPF ホームページと JPA 技術委員会からの通達を待ちたいところだ。

今回、アジア連盟として大事だったのは、一つには、IPF ボードメンバーの会議に呼ばれ、アジア連盟の在り方を全て IPF と同じにせよ、という、厳しい指導を受けたことだ。だが、これについては、オセアニアや南アメリカの会長から、地域性に配慮すべきと



開会式、日本選手行進



事務局長のエマニュエル、技術委員長のハニーの3人が出席するとのことだ。

また、初のアジア・オセアニアクラシック大会開催の打ち合わせも大事な課題だった。オセアニア会長のウィルクス氏とアジア連盟事務局長のエディー氏とで話を重ね、総勢600名にも及ぶ参加者にどのように対応するか話し合われた。オーストラリアは入国審査が非常に厳しいそうで、中央アジア、中東の国々がビザ取得を急がないと入国できないという可能性が大きいこと。また、オセアニアの島の国々独特の「悠長さ」があり、本当に参加してくるのか、自信がないという。だから100人単位で参加者が減る可能性もあるという。その場合はどう対応するか、などを話し合い、こちらについては、古城JPA国際委員長とアジアクラシック大会団長の山口氏に報告させていただいた。オセアニアの島国の中には、人口1万人に対して1000人のパワーリフターがいることや、ナウルという国では国民全体的に体重が重く、スーパーヘビー級ではノーギアで400kgを超えるスクワットをする選手もいるという。

アジアのドーピング違反国が多く、アジア大会開催を危惧したオセアニア会長からの提案で初の大陸合同大会の実施となったが、オセアニアという地域の人々の参加する試合ではきっと、未知なる体験ができる大会になるのではないか、と、楽しみが沸いてきた。また、オーストラリアでは2017年に世界クラシックベンチ開催に立候補しているそうだ。今回のアジア・オセアニアクラシックは、その一種の予行練習でもあると、オーストラリアの代表は話していた。世界クラシックベンチが開催されるという情報は知らなかったもので、開催が決まったのかと、聞いたところ、2016年の第一回大会はチェコで、第二回大会がメルボルンだそうだ。とはいえ、この情報は、IPFのカレンダーに掲載されておらず、水面下で動いていることなのかもしれない。

アジアの新事務局長は、実に豆に事務処理をする人で、ホームページの充実にも力を入れている。私にアジアでメダルを取った選手の写真は全部送るように、と、指示があり、携帯で撮った写真をフィリピンに送ると、即、アジア連盟のホームページで紹介されたようだ。アジア記録や、過去の全アジア大会の記録などが掲載されているので、ぜひ、アジア連盟ホームページを覗いてみて欲しい。<http://asianpowerliftingfederation.com/>

世界選手権の結果については、各選手からの報告がアイアンマンに掲載される。ワールドニュースでは、第三者の目で大会を振り返って報告してみたいと思う。



女子47kg級

日本のパワー界の第一人者、福島友佳子選手（東京都、パワーハウス）の登場だ。ライバルは、台湾のチェン。チェンを十二分に意識した日常のトレーニング、手応えは十分にあった。チェンはオリンピック、ウェイトリフティングで銅メダルをとった実力者、その足腰は半端なく、強い。だが、スクワットとデッドリフトの差は、福島選手のベンチで十分回復できる。課題は、どの種目も決し

て、「失敗しない」、ことだ。アメリカ入りしてから、乾燥と、塩分の少ない食事のせいか、体重がどんどん減る。そのせいとか、福島選手、大事なスクワット二本目が立てない。練習で、例えば、うまく重量を上げられないとき、「気持ちを切り替えて」と、言い聞かせて、先の失敗を必ず取り戻す福島選手。この福島選手の姿勢は、「勉強になる」と、男子の全日本選手をうならせる。気持ちを切り替えて、三本目に挑む福島選手、しっかり立ったと思ったが、赤2白1で惜しくも失敗。スクワットの失敗は痛かったが、ベンチ、デッドリフトとだんだんと調子をあげ、ベンチでは、130.5kgの一般女子世界新記録、デッドリフトでは自己ベストとなる167.5kgのM1女子世界新記録をマークして、2位となった。ちなみに、台湾のチェンハは200（世界新）-97.5 - 186（世界新）-48.3.5（世界新）で優勝した。もし、もし、福島選手がスクワットを失敗せず、練習でも立っている187.5kgに成功したら――トータル485.5kg!!! 福島選手の挑戦は続く。

女子52kg級

ジュニアを卒業した酒巻依子選手（神奈川県、エスカティア）が登場する。スクワット、おっと、一本目を失敗する。ひやりとしたが、2本、3本とスクワットをしっかりとしゃがみ、記録を150kgとする。全日本の時に、お母さんの知子選手が、依子選手のベンチを厳しくチェックしていたのが強く印象に残っている。大谷ジム代表の指導と相まって、ベンチの記録をぐんぐん伸ばしている。惜しくも、97.5kgは失敗であったが、ここ一年あまりでベンチを10kg以上伸ばしている。デッドリフトでは、三本目に160kgの日本新記録をなんとかあげたいと、果敢に挑んだが、惜しくも腿のところで、バーが止まってしまい失敗。スクワットもベンチもデッドリフトも、まだまだ、将来の伸びを抱えている。酒巻選手の記録をしっかり追っていきたい。トータル392.5kgで9位。

寺村美香選手のスクワット、第一試技を落とし、ヒヤリ。寺村選手（北海道、リアルスイング）は様々な挑戦をしておられ、人生を豊かに送っておられる。もともとは、スキーにのめり込み、もっと、上を目指すためにウェイトトレーニングを始めたら、ボディビルや、パワーリフティングにはまってしまったと話しておられた。スクワットでは、二本目も失敗し、どうなることかと思ったが、三本目に135kgが成功、ホッ。普段通りのしっかりとしゃがむ試技ができなかったと悔やんでおられた。そして、ベンチ。三本目は、ラクラクとったが、一本、二本失敗、日本選手団、セコンドは寺村選手の試技にハラハラする。今日は「BAD DAY」なのかもしれない。デッドリフトは、145kgまで取り、トータルを370kgとして11位となった。

このクラスではロシアとエクアドルのバトルが非常に面白かった。スクワットでは、エクアドルが212.5kgに成功するが、ロシアのベンチが強く137.5kgの世界新記録。ロシアがトータル530kgの世界新記録で優勝、エクアドルは、495kgで二位となった。このエクアドルのオチョア選手に引っ張られるように、男女ともに、エクアドルの選手が世界大会で活躍し始めている。練習を見たが、何よりも、体の後ろ側を使うスクワットを徹底しており、そのコーチの指導を見ていて、なるほど、と感心した。選手に体の後ろ側を完璧に使えるよう、徹底した指導をしていた。

また、アジア勢では、台湾のチョウ選手がデッドリフトで192.5kgを引き、デッドリフトでは金メダルを獲得した。



写真左；酒巻依子選手、写真右；寺村美香選手

女子57kg級

なぜかこのクラスに出場する寺田（加藤）幸枝選手（東京都、TXP 所属）のスクワットスーツが撥ねられた。縫い方が補強と見られたのか、運が悪いとしかいいようがないのか、日本の他の選手は、同じように縫っていても、問題なく通ったので、このところは、IPF のルール改定が発表されるまで、なんとも、言いようがない。IPF のルールを見て、疑問があれば、アジア・オセアニアに技術委員長のハニーが来る



ので、話をしてみたいと思う。仕方ない、と、気持ちを切り替え、ブースの出ていたタイタン社のスーツを購入して、難を切り抜ける。新しいスーツなのでスタート重量を下げたようだが、しっかりと立ち、二本目もってスクワットの記録を160kgとする。スーツが撥ねられても動じない寺田選手、立派だった。ベンチでは、90kg、デッドリフトでは、167.5kgを成功させ、トータルを417.5kgとして9位となった。

アメリカの乾燥に泣いた薄亜由美選手（東京都、パワーハウス）。体重が、どんどん、落ちて、朝食でも、昼食でも、これでもか、と、食べるのに、体重が減る。それに、世界の二週間前に腰を痛め、最後の練習は、「最悪」で終わった、と、パワーハウスのコーチから報告を受けていた。ハラハラする薄選手の登場だ。腰はどうだろう、と、見ていたが、スクワットは135-140-142.5kgと全部成功させ、心の底からホッとする。調子は大丈夫だろうと思っていると、ベンチでは70x-70x、またしても、寺村選手に引き続き、セコンド陣はハラハラ、三本目を待つ。なぜか三本目は軽すぎるくらい軽く上がる。どうして、最初から、と、思うが、シャツの状態次第で、むつかしいところがあるようだ。デッドリフトでは、カメラを撮っていたので、全く、分からなかったが、軽く引いたと思ったら、赤がつく。どうやら、2番が上がっているの、腿にバーを乗せた、という違反を取られたようだ。練習でも、時々、出る癖なので、課題としてこの癖を直さなければならない。二本目は、バーを一気に引き上げ白判定。3本目も同じ癖が出てしまい失敗。トータル332.5kgで10位となる。

このクラスでは、台湾のウー選手と、ロシアの選手賀激しい争いをし、2.5kg 差でロシアが優勝、ウーは二位となった。



63kg級では、ウクライナの選手がトータル638.5kgとダントツの記録で優勝した。日本の北村選手は今回は怪我で全日本に出られなかったが、昨年と同じ記録を出していたら、この世界選手権では、2位につけている。北村選手の回復と、復活をお待ちしたい。

72kg級では、ワールドゲームズ優勝のブラジルのアナ選手と、アメリカのリビックが、本当に激しいバトルを繰り広げ、リビックが最後のデッドで逆転優勝した。

84kg級では、台湾のハンミンツー



が、ベンチプレスで 181.5kg の世界新記録をマークした。
84kg 以上級では、優勝が期待された、台湾のチャンヤーウェンが最後のデッドリフトが引けず失格、同じく台湾のチェンジーウェンもスクワットで失格。アジア勢としては、残念だった。

一般男子の世界に初挑戦、竹花選手

男子 59kg 級

通常、世界大会は女子から始まるが、今年は、男子から始まった。試合が始まって、一番に舞台に出てきたのは、竹花真人選手(東京都、パワーハウス)。しっかり練習してきたスクワット、210-217.5-222.5kg と自己ベストをマークした。幸先良いぞ！

ベンチだけはメダルを取りたい、できれば、世界新記録を狙いたいと、言っていた竹花選手だが、怪我の影響か、肩に力が入らず、世界大会二週間前に見たときは、175kg がびくともしていなかった。コーチから、最後は、うまく練習をまとめた、と、聞いていたので、ベンチのスタートが 175kg と聞いてドキとしたが、竹花選手を信じようと、ベンチを見守る、結果は、三本とも上がらず、失格。最後の練習が「良かった」のが逆にアダになった



西村選手、スクワットとトータルで日本記録を更新し、世界第二位となる



ようだ。

デッドリフトも自己ベストの210kgをマーク。ベンチさえ、軽くて良いので取ってれば、トータルで自己ベストが出た事を思うと、本当に残念だ。

ベンチで金メダル、佐藤選手

男子66kg級

全日本の優勝の佐藤義宏選手（神奈川県、速太郎道場）と二位の西村義人選手（岡山県、岡山大学）の激しいバトルは、つい、先日の話だ。今回も、世界が舞台とは言え、日本人同士の戦いにも興味が惹かれる。

さて、スクワット。二人共に三本成功。佐藤選手265kg。時々、西村選手のスクワットは不安定に思う試合があるが、今回は、安定している。なんと、290kgを立つ。日本新記録だ。

ベンチでも西村選手は三本ともに成功させ、195kgとする。佐藤選手は、2本目で210kgに成功し、日本新記録樹立と、ベンチの種目別金メダルを獲得した。

デッドリフトでは、佐藤選手、3本共に成功させ、247.5kg、トータルを722.5kgとする。（順位は5位）この記録は全日本の時のトータルを上回る好成績だ。

あれー！

台湾のシェー・ツン・ティンという、世界タイトルも獲得し、常に、世界のトップ3に入っている。膝が悪いと聞いているが、それにしても、西村選手がサブトータルでシェーを20kg上回っている。西村選手、デッドリフト245-260-270と全部成功させ、トータルを755kgとし、日本新記録達成。シェーは、デッドリフトでも調子が悪そうで、一本だけしか取れず、西村選手はシェーに22.5kgの差を付けて、堂々、第二位に入った。

世界で二位！西村選手の快挙は素晴らしい。医学の道を選んでいる西村選手には、これから、どんどん、練習に割ける時間が少なくなっていくのかもしれないが、「優勝！」そんな夢が目の前にちらついてしまう。

男子74kg級

このクラスも、全日本で激しく戦った二人が、世界の舞台にやってきた。



305kgは惜しくも失敗、大谷選手



882.5kg の M1 世界新記録をマークした。

男子83kg 級

小早川渉選手（神奈川県、速太郎道場）のパワーリフティングへの思い入れ、集中度は格別だ。パワーハウスでは、パワーハウスの選手の刺激になれば、と、合同練習を開き、小早川選手も参加してくれた。小早川選手の気合の入れ方、集中度、練習への取り組みなどを目の当たりにして、「やる気」を刺激されたパワーハウスのパワーリフターは多い。例えば、合同練習以来、59kg 級の竹花選手のパワーリフティングへの取り組み方が、はっきりと違ってきた。その小早川選手、スクワットでは、305kg をマーク。ベンチでは、ほとんど押すのだが、最後のひと押しが押しきれず、まさかの失格。デッドリフトは三本成功させ 290kg。今回は、本調子ではなかったようだが、次の大会では、ぜひ、頑張っていたきたい。

このクラスの優勝は、ウクライナやカザフの強豪を抑えたエクアドルの選手。スクワット 377.5kg、トータル 955kg の世界新記録をマークした。

男子93kg 級

日本からは、ゴールドジムバーベルクラブの荒川孝行選手が出場す

大谷憲弘選手（神奈川県、エスカティア）と浜田展行選手（和歌山県、個人）。同記録体重差で、大谷選手が全日本を制したが、今回は、どうだろう。

スクワットでは、大谷選手が 290kg でスタート。しっかりしゃがんで、白判定。対する浜田選手は、慎重に 280kg スタート。だが、もう少しというところで降りきらず、赤判定。10 月に開催された世界マスターズではスクワットで失格しているの、ここは、きっちり、とっていききたいところだ。だが、とても、残念なことだが、三本とも失敗してしまい、浜田選手失格。

ベンチでは浜田選手が 215kg に成功し、銅メダルを獲得した。ベンチプレス 2 位には、台湾のルー選手が入ったが、今回は、肘の腱を痛めているらしく、デッドリフトが引ききれず、トータルを出すことができなかった。

大谷選手は、第二試技の 207.5kg がベンチの記録となった。

デッドリフトでは大谷選手は第二試技まで成功させ、記録を 250kg とし、トータル 747.5kg をマークして、第 7 位となった。

このクラスは優勝は、常勝、オレック（ポーランド）スクワットでは、360kg の世界新記録、トータルでも、



る。基礎をしっかりと練習している荒川選手の試技は大変、安定しており、常に、ほとんど赤をもらうことのない試技をする。スクワットでは、バランスを壊し、転んでしまったが、外国の選手のように、バランスを壊した瞬間にシャフトを手放すことなく、最後まで、シャフトを握っていた。見ている方は、手首をやられたか、と、ヒヤッとしたが、大丈夫そうで安心した。スクワットは 305kg、ベンチは三本成功で 240kg、デッドは 295kg、トータル 840kg で 12 位となった。

このクラスの優勝は、ロシアの選手で、トータルは 1000kg をマークした。また、4 位となった往年の世界チャンピオン、ジーン・ベルの息子、22 歳のイアンはデッドリフト 370kg を引きデッドリフトの世界記録を塗り替えた。

男子 105kg 級

東京 TXP ジムは、代表の阿久津貴史選手を中心にあっという間に、東京都の団体トップのパワー＆ベンチジムとなった。阿久津選手の指導力や人柄が大きな力となっているのだろう。その阿久津選手、スクワットでは、315kg を 1、2 本失敗。三本目にやっと、成功させた。ベンチでも一本しか取れず、255kg。デッドリフトは 285kg、トータル 855kg で 11 位となった。全日本などの阿久津選手の安定した試技を見ていただけに、何が起こったのか、と、試合を見ながら思っていた。阿久津選手の話では、生力が伸びているので、それなりの結果が出ると思っていたそうだが、ギアの練習不足が今回の記録の低調につながった、と、言っておられた。生の力が伸びると、必ず、ギアの結果もついてくるが、それには、ギアなりの、「こつ」を生かさないと、結果がついてこない場合もある。阿久津選手、逆に次の試合では、すごい記録を出されるのではないだろうか。

男子 120kg 級では、上位 7 人が 1000kg を超えるというハイレベルな試合展開だった。また、120kg 以上級では、ノルウェーのクリスチャンセンがスクワット 490kg という世界記録を打ち立てた。まだ、余裕があったので、近々 500kg の声が聞けるのではないだろうか。トータルは、驚きの 1230kg !

今回は、試合の観戦と、審判の判定の勉強のつもりで、世界選手権に参加したが、どのクラスもどのクラスも、本当に、面白い。毎日セッション、試合開始の 1 時間前には会場に行き、場所取りをして、ほとんど全部のクラスを



荒川弟、今回、双子の荒川兄は国際審判員を務めた

TXP 代表の阿久津選手、今回は、生力が結果と結びつかなかった。



一番前の席で、見ることができた。今回の大会の感想は、「パワーリフティングって本当に面白い」という一言に尽きる。

団長始め、日本選手団の皆様、遠征ご苦労様でした。ますますのご活躍をお待ちしたいと思います。また、選手選考に当たられた、国際委員会の皆様、ご苦労様でした。

こうして、パワーリフティングを堪能させていただけるのも、JPA という組織があるからこそ。心から、JPA 役員の皆様に感謝を申し上げます。



さあ、引いたぞ、判定は？！



一体、どこまでスクワットの記録は伸ばせるのだろうか？