

全国の高校生ウエイトリフティング選手が集い

亀山の地で
熱い戦いが
今、始まる



平成30年度 全国高等学校総合体育大会(インターハイ) ウエイトリフティング競技大会

いよいよ
開催!

全国から集まる選手への応援をお願いします!

平成30年度全国高等学校総合体育大会 ～2018 彩る感動 東海総体～ が、7月26日(木)～8月20日(月)に三重県を中心に開催され、亀山市では「ウエイトリフティング競技大会」が開催されます。

市では、トップレベルのスポーツ大会を身近に感じられる機会を通じて、市民の皆さんがさらにスポーツに関心を持ってもらえるよう、大会開催の準備を進めています。

皆さんも、ぜひ会場へ足を運び、高校生の熱い戦いをご覧いただくとともに選手への応援をお願いします!

と き

8月2日(木)～6日(月)

と ころ

亀山市(西野公園体育館)

観覧
無料

入退場
自由



一瞬の勝負に
すべてをかける

勇ましく真剣な姿をぜひご覧ください！

大会日程(選手数や進行などの都合で、時間が変更となる場合があります)

実施日	内 容	開始時間	終了時間	会 場
8月2日(木)	開会式	17:30	18:30	亀山市文化会館
8月3日(金)	53kg級	9:00	12:50	西野公園体育館
	62kg級	13:00	18:50	
8月4日(土)	56kg級	9:00	13:45	
	69kg級	13:55	19:15	
8月5日(日)	77kg級	9:00	13:25	
	85kg級	13:35	18:30	
8月6日(月)	94kg級	9:00	11:55	
	105kg級	12:05	13:55	
	105kg超級	14:05	16:00	
	閉会式	16:30	17:30	

駐車場 西野公園北第2駐車場、住山駐車場(臨時)

※できるかぎり公共交通機関、乗り合わせでの来場をお願いします。

昭和48年以来、
45年ぶりの亀山市での開催



※前回開催時の様子
(写真提供 亀山市体育協会)

亀山市でインターハイ(ウエイトリフティング競技)が開催されるのは約50年ぶり。当時も亀山高校から選手が出場し、熱い戦いが繰り広げられたそうです。

基本的なルール ウェイトリフティング競技

- 体重別に **9 階級** に分けて競技
(53kg級、56kg級、62kg級、69kg級、77kg級、85kg級、94kg級、105kg級、105kg超級)
- 種目は **スナッチ** と **クリーン&ジャーク** の 2 種目
- 2 種目を **それぞれ 3 回ずつ** 上げる
- その中で成功した **最高重量** と **それらの合計重量** で競い合います。



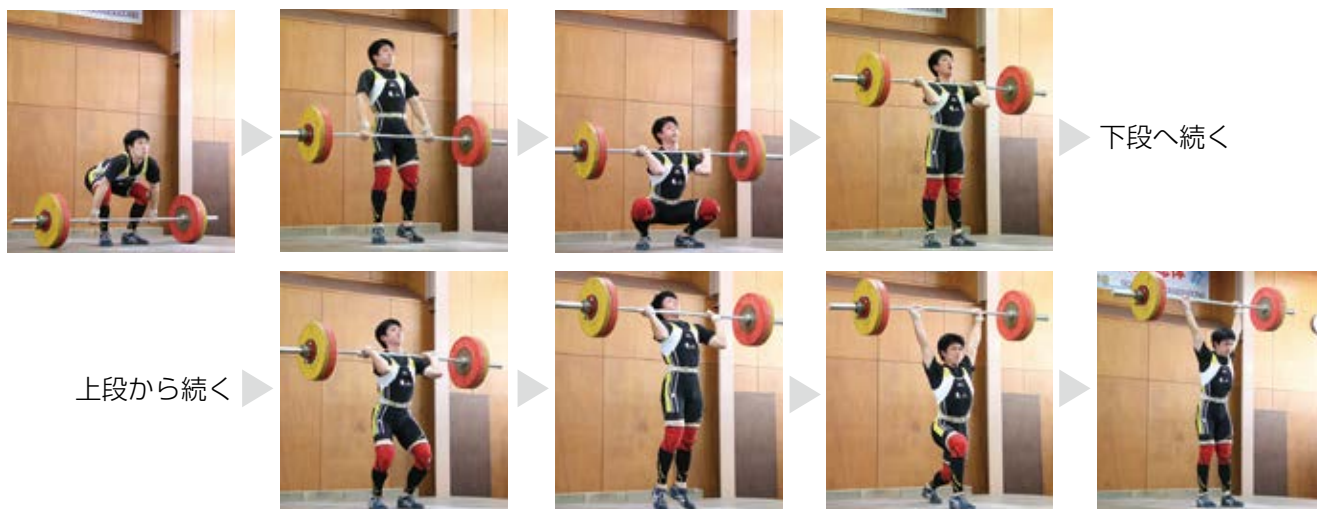
【スナッチ】

地面に置いたバーベルを頭上へ一気に引き上げ、立ち上がる競技です。
パワーはもちろん、テクニック・タイミングと柔軟性が重要になります。



【クリーン&ジャーク】

2つの動作でバーベルを頭上に差し上げる競技です。
肩のラインまで一度上げ(クリーン)、その後一度静止し、次いで一気に全身の反動を利用して頭上へ持ち上げ(ジャーク)ます。テクニックもさることながら、大きな脚力と背筋力が必要になります。



INTERVIEW (大会の様子について聞いてみました！)

選手が最大限の力を発揮できるように、ぜひ会場で応援してあげてください！



亀山高校
ウェイトリフティング部
監督 石井伸子さん

選手が1人ずつ、会場の中央に設置された大きな演技台の上で、重量挙げの試技を行います。

この競技で選手が本来の力を発揮するためには、自身を奮い立たせながらも、冷静さを持ち合わせておくことが非常に大切となります。

会場では、選手が登壇すると、選手への大きな声援や掛け声かけられ

会場が盛り上がります。その後、選手が構えの姿勢に入った瞬間、会場は一気に静まり、会場内の緊張は最高潮となります。それにより選手自身も競技に集中し、試技を行うことができるのです。

皆さんの声援や拍手は、選手の力になります。ぜひ会場で、全国から集まる高校生へ応援をお願いします。

亀山高校から出場する選手から インターハイへの思いや目標などを一言!



69kg級 出場選手
亀山高校3年
前田雄飛さん

亀山市での開催については?

約50年に1回のタイミングで三重県で、しかも亀山市で開催される大会に出場できて嬉しく思い、大会に向けてとても励みになります。

大会への思いは?

個人の記録はもちろん、団体での入賞も目指しています。高校3年間で培ってきたことを存分に発揮し、結果を残したいと思います。



77kg級 出場選手
亀山高校3年
谷川龍人さん

大会での目標は?

自分が好きな「スナッチ」の種目で、表彰台に立てるように全力を出し切りたいと思います。

どのような気持ちで大会へ?

競技をさせてくれている親、丁寧に指導してくれる先生、いつも励ましてくれる仲間や支えてくれる後輩などに感謝して、インターハイに臨みたいと思います。

どのような大会に?

地元開催とのことで特別な思いを感じています。選手、周りで支えてくださる人、応援してくださる人など、みんなで素晴らしい大会を創り上げたいと思っています。

今回の大会をきっかけに?

ぜひ、会場で競技をご覧いただきたいと思います。大会をきっかけに亀山で競技がもっと盛んになればと思います。



94kg級 出場選手
亀山高校3年
増田竜星さん

見どころは?

競った試合でのとてつもない会場の緊張感や、逆転をするためにあと何kg上げたらいいのかなどの駆け引きなども、この競技のおもしろいところだと思います。

大会を前に思うことは?

全国の選手が集まるこのような大きな大会に出場できて嬉しく感じています。余すことなくベストを尽くします。



105kg級 出場選手
亀山高校3年
加藤佑汰さん

大会を盛り上げるために取り組んできました!

PRイベントや講演会の開催

市では、ウエイトリフティング競技に関心を持ってもらうため、ALSOKウエイトリフティング部の皆さんによるトークショーや実演、体験会を行いました。また今後、ウエイトリフティング競技をもっと知ってもらうために、市内中学校で講演会の開催を予定しています。

大会歓迎花ひまわりの栽培

市内小・中学生、高校生の協力で、大会歓迎花ひまわりを育てています。全国からの来場者に向けたおもてなしとして、会場を彩ります。

広報啓発物品の作成

亀山高校などの協力により、大会ポスターやのぼり旗を作成しました。

亀山高校放送部へのスキルアップ研修の開催

大会で会場アナウンスを担当する亀山高校放送部の皆さんに、(株)ZTVと市が共同支援する形で、話し方などのスキルアップ研修を行いました。



市民の皆さんへ、
全国から集まる高校生選手への
熱い応援をお願いします。

問合せ先 文化スポーツ課国体推進グループ (☎96-1225)