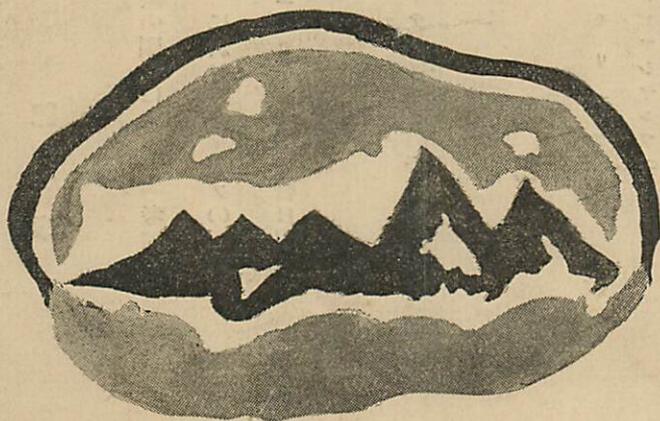


昭和二年八月二十八日印刷納本

昭和二年九月一日發行

(每月一回  
一日發行)

# 山とスキー

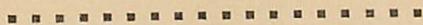


第七十五號

札幌 山とスキーの會 發行

◇すまりをて得を讀愛御の下殿宮父秩りよ號刊創は誌本◇

次目號五十七第



記  
事

登山家の馴化に對する一考察

岡村源太郎〔一〕

各大會に於けるジヤムプの記憶

伴素彦〔八〕

ダウエル・ラウフの練習日記

宮下利三〔一六〕

雜記

〔二四〕

スキーテクニツクの研究

廣田戸七郎〔一〕

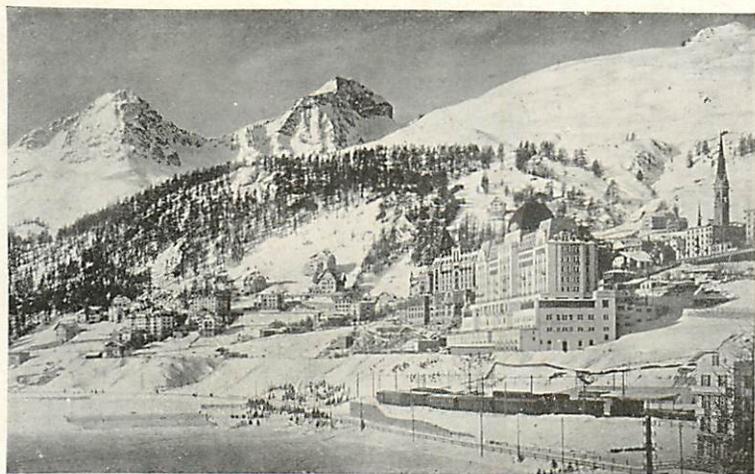
寫眞版

サンモリツツ

オリンピヤシヤンツエにて

昭和二年九月發行

大正十三年



サンモリッツ



# 登山家の馴化に對する一考察

—— 競技練習者としての一經驗 ——

岡 村 源 太 郎

高峰の登山が盛んに行はれるやうになると、馴化と云ふ問題が重んぜられるやうである。本誌第五年目一六六頁に記載せられてある「高い高度に於ける馴化」は、馴化が如何に高連山踏破に注意すべき事であるかの一端を知らしむるものである。實際我等がより進歩した見解を基調として登山を爲さうとするならば、此の馴化の状態を相當了解しておく必要があり、又特殊の場合に對する各異れるコンディションを研究しておかなければならない。私は今此の馴化を極めて廣義に解釋した私の定義に従つて、その馴化の状態の概念の一部に觸れて見たいと思ふ。甚だ雜然と並べだ競技者の考察であるが讀者諸兄の御批判を乞ひ、又今後猶正しい各部門の觀察が紙上を賑はされん事を希望する次第である。

山及びスキーに我々の身体を投じて登攀又は滑走する場合に、先づ最初は身体はその山及びスキーに於ける運動に馴れなければいけない。新しいシーズンを迎へた時いざ山に行かう、いざスキーを履かうと云ふ時に際して、都會在住者ならば高度に馴れない、坐業者ならば運動に馴れない、又は遠隔地の人ならば其處の氣候殊に寒さ等に馴れて居ないのである。此處に馴化の必要が起る。そして山或はスキーをやるについて最初我々の身体は努めて此の異なる四圍の状態に對して馴れようとして居る。

馴化には一定の程度がある。高さに對して、又は寒さ、運動速度、精神狀態等に對して、それらの馴化の程度があつて、それ以上に我々の身体を馴らす事は非常に困難である。例へば高度に對してはエベレスト登山隊の報告を参照するだけでも相當詳細な點まで窺ひ知る事が出来る。エベレスト登山隊の經驗では、相當長い間ヒマラヤの高地のキャンプに馴れて、二万呎以上の高度でも馴化しない前よりは餘程樂な旅行登山等を爲て居た。然し二万呎の高度に馴れた身体を以てしても、登山隊はエベレストの登攀を執行するに際しては、二万五千呎以上の高度には殆ど馴化する事が出来ないやうな報告をして居る。即ち極く常識的な言葉で「二万呎までは馴化し得たが、二万五千呎以上の馴化は非常に困難であつた。」と云はれる。酸素吸入器を背にしてその助けで辛うじてエベレストの頂上を目指す事が出来た。人間自身のみの力ではエベレストの頂上に立つ事は殆ど不可能らしい、即ち馴化はそれには引上げられないものと認められる。

山岳登攀に於ける馴化は高度に對するもの以外に、寒氣・溫度・風雪・日光等の氣象的條件にも色々の程度で馴れる必要がある。職業的登山家は驚くべき馴化の程度を示して居る。北海道のアイヌの寒さに對する抵抗は到底我々は眞似が出来そうもない。實に簡單な方法で雪に寝ながら、熊を追うて居る。

一定の範圍以上を越えた馴化を得る事が出来ないのは、人間の生理的身体のコンディションの保持に一定の限界があるからである。高地に於ける赤血球の増多、寒氣風等に對する身体の防寒作用、強い運動に對する筋肉及び内臓の増強等が、人間としての一定の範圍の下に止まつて居て、それ以上に馴化する事は先づ不可能である。唯僅かの個人的相違が少しその程度を左右して居るのみである。

馴化した身体を以て登山又は特にスキー登山をする時、馴化しない前より非常に各種のコンディションの良くなつて居るのに氣が付く。高山疾病と稱せられるものがあるが、之も馴化の不充分である時に起り易い事で、徐々に高度に對して馴らして行つた身体の人はずうした不馴化の爲に起るやうな高山疾病には罹りにくい。各種の良好なコンディションが身体を巧みに整調して行くのであつて、登山又はスキーにしつくりと馴れて居るのである。

登山又はスキーに於ける高度に馴れるには、徐々に登る事が大切な事であると云はれて居る。又その中での強い運動に馴れるには体力を修練して、餘裕ある身体力の發動に依つて當面の登山又はスキー運動を處理して行く事が必要である。各種のスポーツに於ける練習を徐々に強めて進め行くのと非常に似て居る。殊に我々競技者のやうな者は「馴化は徐々に度を強くして行く練習に外ならぬ」とも認めたい程である。即ち練習不足の競技者は競走半ばにその激しい運動に耐えかねて倒れるのと同様に、馴化せぬ登山者は甚だしく環境の異なる所で急に變化した外界の影響及び強い労働の爲に身体が障害を受けつゝある事を感じる。

従つて競技者には練習が絶對的に必要であると同じく、登山者が急に外圍の状態の變化して居る登山又はスキーに身を入れる時は、よく此の馴化に注意する必要がある。高度の高い風土の異なる土地で激動をやるやうな事の多い登山を爲す場合に、その人の身体がよく其れ等の状態に馴化して居ないと云ふ事は考ふべき事である。馴化して居る時は全てが非常に調子よく行はれる事に注目すべきである。

登山家に取つて重要である馴化は徐々にに行はるべきものである關係上、一定の馴化の完成までに相當の時日を要する。身体が高連山踏破に馴れる爲、又は強い運動を毎日繼續して行く習慣或は日常生活の變化に對應すべく、幾何かの時日の練習が要るわけである。

今我々競技者が持つ經驗の一端を發表して、自分自身の身体が何日かゝつて或る一つの運動に馴化したかを紹介して見たい。

私は自分の身体がどの位の時日で或一定の運動に馴化するかと云ふ經驗を持ちたいと思つて、毎日全く同様な運動を繰返して馴化の程度を示す一表徴である心臓の働きの變化を調べて見た。實驗方法はそう容易な事で無く、毎朝早起きをして努力して行つたのであるが、結果は余り期待すべきものでないが、之れによつて身体の馴れつゝある経過、馴化の状態

程度等が少しく解し得られると思ふ。

此の實驗は外的條件及び運動の程度を一定にする爲に、一つの同一の丘を毎朝疾走して登り、その疾走タイムを常に一定にし、疾走時刻をも亦毎朝同様にし、食事は常に殆ど攝取せざる間に空腹のまま試みたのである。又雨天は道が滑るの中止した。そして疾走中止後の脈搏の状態を單に數に就いてのみ自分自身で調べたのである。即ち今年の五月下旬約二週間札幌郊外の圓山約二百米近くの登山を、毎朝五時半より七時までの間に於て、麓から頂上まで常に一定タイムである九分十二秒乃至九分二十二秒で疾走した。途中疾走に對する努力を可及的一定にする爲に、常に腕時計のコントロールのもとに、スピードを毎日同様にすべく努めて登つた。此の坂路を非常に努力して登れば八分強のタイムで私は登る事が出来るが、八分以内で登る事は今の私の身体や服装（足袋）では不可能らしい。ランニングの名手でも八分以内で登る事は可成困難であらうと想像する。つまり競走すれば八分で（充分練習せる人）登れる坂を、毎日九分二十秒前後で走つて、第一日目から約二十日間、疾走直後の脈搏數を調べたわけである。結果は次に示す通りである。

脈搏數の計算は每十五秒づゝ數へてそれを四倍した値を出しておく。猶便宜上頂上で疾走停止後三十秒、三分、十分の三種の時刻だけを此處に示す。

五月	タイム	脈搏數(停止後三十秒)	脈搏數(三分)	脈搏數(停止後十分)
一七日	九分一八秒	一七〇	一一〇	一〇五
一八日	九分二〇秒	一五五	一一〇	一〇五
一九日	九分二一秒	一五二	一〇五	九五
二〇日	九分一九秒	一五二	一〇八	九五
二一日	九分二一秒	一四八	一〇〇	九五
二二日	九分二二秒	一五二	一〇五	九二
二三日	九分一九秒	一五二	九七	九六



右に書き並べた各時刻の脈搏数は、或程度まで循環系が馴化して行く様を示して居る。即ち三十秒後の脈搏数は九日目から毎分一五〇以下の値となり其の後常に一四〇臺の數を示し、又三分後の計算では第七日目から一〇〇以下でそれ以來一〇〇以上に昇つた事は殆ど無いわけである。五月三十日に大いに頑張つた日と六月三日に道が悪くて後滑りした時に一〇〇以上になつただけである。

つまり常識的な考へから簡單に「圓山を九分二十秒内外で走り登る運動に、私の循環器は一週間乃至十日で馴化した」と云ふ事が出来る。三月末にスキーを脱して後全く激動をやつた事の無い所の約二ヶ月間休止の状態にあつた身体が、一定の激しい運動に馴れる爲に一週間以上を要したのである。

こんな種類の實驗は専門的に調べるとまだ、非常に大きな内容を持ち、興味ある問題であるが今度はそれ等の調査は人數も少く私一人であつた爲め意つてしまつた。初め同輩山口君と大いに努力する約束であつたが時刻が餘り早いので、充分な準備や有志の募集が出来なかつたわけである。

以上の實驗は實に貧弱な結論しか得て居ないが、或運動に身体が何日間で馴れたかと云ふ事を、脈搏だけを根據にして觀察した所の一つの事實である。極めて簡單な一つの疾走登山にも之だけの馴化の程度と馴化の速さが認められる。之に更に著しい高度、寒氣其の他の氣象上の影響があるならば、その馴化の状態は更に複雑で又内容の深いものがあらう。ものに依つては一ヶ月乃至一年も要する事もあらう。兎も角馴化さへすれば、最初の人なら非常に苦しむ行程を、馴れたが爲に甚だ樂に愉快に登山運動をやる事が出来る。山又はスキーに親む人が新しいシーズンを迎へる時に當り、馴化を幾分考慮に入れて、事情異なる程度の大きな山に入るには先づ以て身体の馴化を、スキー及び登山の準備事項の一つと爲し注意を拂ふ必要があると思ふ。

一定の運動でも馴化の程度や速さは個人的に色々上下があるから、先の一週間で爲した練習で全ての人が山岳疾走に適

する身体を持つやうになるとは限らないから、各人はそれ／＼の身体の變化を経験に依つて了解して行く必要がある。そしてその馴化の状態が明かとなつた後には、先づ強い運動や高い登山をする時は、徐々に程度を自分の自身或は一行のパーティに應じて高めて行くのがよいと思ふ。山で同行した人夫の話にも、新しくシーズンに入つてから四五日目は最も苦痛の多い時期であるが、一週間の練習的の山仕事を終えた頃からは、すっかり山に慣れて充分に人夫としての山仕事に身体が適應してしまふ、と云ふのを耳にして居る。山岳登攀が一般の素人眼からは非常に困難な苦しい仕事に感じ、人夫の労働を超人的のやうに考へる人もあるが、よく徐々に馴化の程度を高めた身体を持ち且つ山岳に對する愛情の深い者には、それは尋常の事としか考へられないものであらう。(七・一四)

## 各大會に於けるジャムプの記憶

伴 素 彦

日本のスキーも随分うまくなつたものと思ふ。私の様な、小學校時代から雪國に育つてゐるものには、つくづくその進歩に驚かされる。單杖から複杖へ、アルバインから、フユットフェルドへ。その他用具の進歩も著しいが、技術の進歩も又著しいものがある。

スウィングが一つ出来れば、立派なものだつた時代もすぎた。スラロームで抑えた時期もすぎた。

スウィングだのなんかは、もう可成の程度に進んでゐると思はれる。履きこなすと云ふ事は未だくゞ足りない様ではあるが。然し、日本のスキーで一番遅れてゐるのは雪面から、スキーを離しての技術ぢやないだらうか。即ちジャムプ(大きくひつくるめて)が随分遅れてゐると思はれる。一番難しい技術である事も、その原因だらう、設備の不完全もその理由の一つであらう。その技術が行はれだしたのが遅い事も大きな原因であるが外國の良いジャムパーの技術に實際に接した事のないのも實に大きい原因である。幸にも今年末歐洲に向けて、吾國の選手が送られる事になつたから、その後の進歩は又著しいものがあるだらう。

私は北海道で早くから、スキーに親しみ得た關係上、全國スキー選手權大會は第一回から全部見或は參加し得てゐるから、今、おほろけな印象を辿つて、ジャムプ技術の進歩をうかゞつてみたい。思ひつくがまゝに書いて行く此の記事が價値のないものである事は勤勉して頂きたい。殊に手許に記録もなしに記憶によつて書いて行くのであるから、漫然とした



オリンピックジャンプにて



ものに屹度なるであらう。最初に豫防線を張つて於てそれから、書き出して行く。

第一回の大會（大正十二年）の前に小樽で全國大會が催されたのを記憶してゐる。緑ヶ丘に、アプローチも、ランディング斜面も殆ど加工してゐなかつたと思ふ、その頃の人々には驚くべき高さのシャンツエが設けられた。赤い幕を張つたシャンツエの高さは五・六尺あつたらう。その頃のジャムバーには恐ろしかつたに違ひない。上もゆるく、下もゆるいあのシャンツエでは、今から考へると所謂 *High Stumps* で随分シヨックは大きかつたらう。勿論雪で作つたシャンツエであつた。札幌の選手の外に大湊の水兵が参加した。水兵の何とか云ふ人が、シャンツエが大きいのにビックリしたが、天皇陛下の御命令だと思つて飛んだと云ふ逸話は、今では單な笑ひを興へるのみかは知れないが、當時ではいかにシャンツエが大きく、恐ろしいものであるかをよく物語るものとして、人々の間に語られた。

スタイル・ジャツヂなど云ふものは、無論なかつた。米法も用ひず尺で距離を示し、距離の長い人が勝つた譯だ技術も幼稚だつた。腕をまわさない人も多かつた。まわす人も裝飾的な廻轉であつた。後の名選手緒方直光君が、テレマーク姿勢に移る事が出来ず、廣く脚を開いて、ランディングしてゐたのはつきりと思ひ出す事が出来る、不倒の人も少かつた。四十尺位が記録と思ふ。

次に私が見たのは、第一回全國大會の北海道豫選だ。

事情があつて、北大側が全國大會には出場しなかつたので本大會は更に興味のないものとなつた。豫選は緊張したジャムプが行はれた様に記憶する。

シャンツエは、矢張小樽綠ヶ丘。アンラウフもアウスラウフも雪で加工してあつた。アンラウフは綠ヶ丘の頂上まで雪で積まれその頃のシャンツエとしては、エポック・メイキングな大さだつた。私なども上まで登つて見て、ゾツとした位のものだつた。シャンツエの下が見えないシャンツエ等は此の頃には一寸見受けられなかつたから。然し頂上からは練習のときでも飛ぶ人は少なかつた。

アウスラウフも雪で積んであつたが、次第に平になり、大切な試合の頃は、平いところへ落ちた様だつた。

豫選のときジャムバーは、そのときの優勝者、讃岐君、鷹商の渡邊君、北大の廣田君、緒方君、稻積君、南波君等の古人達に大鰐の優勝者青山君がその頃から美しいフォームを見せてゐた。

豫選會の記録は、十六米位であつた。その會のジャムバーの技術を今から眺めると、前傾も足りないし、サツツも弱いし、腕の廻轉も裝飾的だし、ランディングも深い姿勢を過信した、いはゞ如何にしてシャンツエからうまく降りて立つかと云ふ時代ぢやなからうか。着陸等を強く意識してゐた人はほんの僅か、あつたかないかだらう。

此の豫選會に於て、始めて、北大側がアンラウフで腕を下前方に伸ばして降る事を始めたのである。今日では、誰一人として行はぬものゝない此の姿勢がいかにも妙なものにその當時は感ぜられたのである。それまでは、普通のスキー・テクニクの本に書いてあるとほりに手を靴のところへおいて滑つて來たのだから。今尙活躍しつゝある讃岐君のジャムプはその當時光つてゐた。大膽さと確實さを備へてゐた。体の前傾や、スキーの操作や、腕の廻轉等は、寫眞でも見られる様に缺點は多かつたが、圓熟された君の今のジャムプに比して、霸氣があつた。あの頃、自力であれだけとんだ君は偉かつたと思ふ。

北大の人達は奇麗にはとんでゐるが、あまりに、フォームにとらはれて、霸氣がない飛び方をしてゐたやうに感ぜられる、ランディングにも誤信があつたと思ふ。深い姿勢に反對した讃岐君の言に理屈があつたと思ふ。

審判法が又面白い方法であつた。審判が、アンラウフに一人、フライトに一人、ランディングに一人ついて、ジャムプを三つの動作に分けて採點した。ジャムプ全体を一人の審判官が採點する今日の規則とは大分違つてゐた。そのために、一本も立たない青山君が一本立つた渡邊君に勝つと云ふ奇現象を呈した。過去の面白き事件の一つである。

續いて行はれた全國大會は、前述の通り北大が棄權したので讃岐君、遊邊君等の獨り舞臺となり更に興味はなかつた。他地方からの選手達は全然ジャムプを知らなかつたと言つてもよい。あのシャンツエで、すつかり度膽を抜かれたらし

い。フライトで見られる姿勢をした人は一人もなかつた。下の方からスタートして立つ事すら大變な仕事らしかつた。觀衆は、只北海道選手の活躍に悦にゐつた。他地方から來た選手達はジャムプを解してゐなかつたが、此の大會による收穫は大なるものであつたと思ふ。北海道のジャムプが特技として認められて來たのは此のときからである。次が、第二回全國大會である。之は高田市で行はれた。

此の大會の豫選は、その年に新設されたのシャンツエで行はれた。此が公式の競技會として固定シャンツエで行はれた最初のものである。北大のジルバー・シャンツエは當時既に出來てゐたが、一般には大きすぎると云ふ理由でこののシャンツエで行はれた。

此は十二米位とぶ今日では子供や中學生の稽古用になつてゐる小さなシャンツエだ。吾々がよく練習の歸りなどに立ち寄つて、こゝで豫選をやつたんだからなあと言ひ合ふその豫選はこのときだ。轉倒する人が随分多かつた。

審判法は三回の中最も良好なるジャムプをとると云ふ極くジャムパーにはやり易い投機的な方法であつた。スタイル・ジャムパーは三人居て、一人がそのジャムプを全体に對して、A・B・C・三級に分けて採點した。シャンツエが小さかつたせいか、あまり飛び方等も自分に印象がない。あんな小さな臺で一流の人達が、むきになつて勝負を争つたのが只おかしくてならない。

一代の名ジャムパー緒方直光君が轉倒して賞に入らなかつたのも面白いエピソードだ。渡邊君と、青山君が同點で二人だけでやりなをして優勝を争つたのは面白かつた。聲援されて緊張した青山君のスタートが目目に浮ぶ。

高田市に於ける全國大會は、早大永田君の奮闘で一寸緊張したが矢張北海道が記録の上はともかく實際上は斷然抑えてゐた。北海道のマークの白地が美事に飛んでゐた。また白かと、立つて行くジャムパーを見て見物人はつぶやいた。

シャンツエは兎も角、固定シャンツエと云へるものだ。自然のスロープに土でシャンツエを作つて、柴で圍つたものだ。アンラウフは距離もあり、傾斜も割合によかつたが少し曲つてシャンツエがついてゐるのは、一寸困つた。アウス。

ラウフは緩すぎた。そして少し長すぎて、一溜滑ると上るのに一苦勞だつた。そのアウス・ラウフの下が水田で水があつた。危険をさけるために橋が一時かけてあつたが、大會の終了後、渡邊君と杉村君がダブル・ジャムプをやつて見物人を驚かした後に渡邊君が此の橋から落ちた事があつた、渡邊君が一時氣絶しかけたのを柔道初段の青山君が活を入れて、渡邊君が却つて苦しくなつたと云ふ珍談を生ずるに至つた。私達北海道の選手が高田に着いたときは雪の名所に雪が極く少く、大會は此のまゝでは延期かとも言はれた。ジャムプをやると雪が悪いので、スキーがぬかり、バチャンと音を立て、水が散るのには全くガツカリしてしまつた。雪は後に降つて段々よくなつたが、それでも雪の悪い所のジャムプは全くつらかつた。おまけにアウス・ラウフが緩傾斜なので、北大系統のジャムパーは随分困つてゐた。

大會の各地方のジャムパーを振りかへつてみると、信越の選手には永田君以外にはジャムプらしいものをする人はなかつた。それでも前大會に比して技はあがつてゐた。前傾の足りない事とランディングの拙いのが目につく。

東北は、水兵に一寸うまい人がゐるが、後は問題外。アルバインで飛んでゐるのは壯觀だつた。テールからガチャンと落ちるのが深く印象に残つてゐる。樺太も未だジャムプを解してゐなかつた。立派な外國のスキーを持ち乍ら、スタートするとスピードがなく、シャンツエからすぐ落ちたのには驚いた。スキーには何を塗るのですかときかれて又餘計に驚ろいた。樺太では何も塗らないので此處でも塗つてゐなかつたらしい。今から數年前にこんな滑稽な事實があつたのだ。樺太の現在のジャンパー二、三人が此の時から出発めたと覺えてゐる、無論フォームは宜くはなかつた。北海道の選手は矢張り光つてゐた、確實さがあつた。シャンツエをのんでゐた。着陸を意識してゐた。前傾も他の地方に比べてはよかつた。然し今から比べると無論サツツも弱いし、体は伸び切らぬし、腕の廻轉も弱く早いし決していゝ飛方ではなかつた。

此の時は結局二〇米と一寸で緒方君より十廻位勝つて永田君が最長不倒、フォームの點がいゝので緒方優勝と定つたが妙な事をあの大會で行つてゐる。それは、前日は途中から降雪で中止し、その翌日は全然始めからやり直したのは當然であつたが、一應外の選手がすっかり飛んでしまつて、その後でリレー競走が終つて暫くしてから永田君に第三回目的

飛躍をさした事だ。永田君は當日ジャムプ以外にリレーのメンバーであつたので、ジャムプを外の人達と一諸に飛べば、リレーには出られなかつた。それで二回だけ飛んでリレーに行つてしまひ、ジャムプがすつかり一應すんで、リレーもすんでから永田君は、リレーに勝つた餘勢をもつて、元氣に飛んだ、その頃はもう夕方になつてゐた。氣温は下つて雪はよく、コンディションは前と變つてゐる。アブローチの上方から君はスタートして飛んで二〇米幾らかの日本記録を作つた。緒方は遙か下方からスタートしてそれと十握位しか違はなかつた。(然もジャムプで十握の差なんか正確に計れるかしら) 緒方のサツツと永田君のサツツの優劣は此處に明にあらはれてゐる。

ジャムプが終了して全然コンディションが變つてからヌジャムプを續けさせたのはどうも感心出来ない。あの大會以後はあんな事はないだらう。

次は大鰐に於ける全國選手權大會。

一時的ではあつたが一應木で造つた固定シャンツエであつた。私達が行つてから大分直して可成いゝシャンツエだつた。緒方君が頂上から飛ぶと二十五米位いつたと思ふ。

ランディング、斜面も急だし割に飛びやすかつた。フライトは恐ろしくゆつくりしてゐたが、只着陸斜面の下方の悪いのには全く閉口した。横には山が出てゐるしそれをよけると樹があるし、私達は折角立つても下でわざ／＼轉がらねばならなかつた、それも故意に轉がらねばならなかつた。張りに張つてゐた全盛期の緒方君が大會當日トライアルの時に怪我して、涙をのんで退場したのも、此の下が悪かつたためだ、實際あのときの緒方は凄かつた、強くサツツして、腕を二回程強くゆるく回轉し、腹を出して飛んでゆく様子はあたりを壓してゐた。スキーの間が廣くあくのが、大きな缺點であつたが、距離もいつたし、出れば優勝は疑なかつたんだが。

此の大會で目立つたのは、東北と樺太の進歩である。緒方君がコーチしたのであるから東北の人達は荒削りではあるが、一應心得た飛びかたをしてゐた。昨年に比べて格段の進歩をとけてゐたのには驚いた。あの急速の進歩をなぜ樺太の大會

まで持ち来らせなかつたのか。

樺太の中學生諸君がうまくなつてゐた。いかにも中學生らしい邪氣のない、簡単な飛び方ではあつたが、牧田君などは伸びのいい綺麗な飛型をしてゐた。殊に素人目には上手に見えたに違ひない。有望な飛び型をしてゐた。

信越や關東の人達は未だ飛び方を解してゐなかつた。傍で見て適當に注意する人がなかつたせいぢやなかつたかしら。秋野君は北海育ちを示す飛方をしてゐたが。

北海道の人達は矢張確實だつた、飛ぶ距離等も違つてゐた。青山君の全盛時代、立派な体でよく伸びて、よくスキーを揃へて飛んでゐた、大會當日は出来は悪かつたが。

此の大會から、國際競技會と同様な今の方法で審判されたスタートは北大の主張した一定説は否決されて、ミニマム丈定められた。此れは確かに大きな進歩である。此大會では、不倒者が少なかつたから、三遍たてば賞に入られた。

立つた連中はいい加減な所から出發したが、轉んだ連中はせめて最長不倒をとらうと頂上へ登つた。その結果、東北の水兵の吉崎君が二二米一〇の記録を出した。北海道のものが上から飛んだのは小林君獨りで、轉倒はしたが二四米位は飛んでゐた。

此大會では、とも角立てば賞に入れると云ふので、距離はあまり重きを置かずに遠慮して飛んだ。その結果、あまり元氣のないジャムプが行はれた。スタートを一定せねばならない事も痛切に感じられた。

樺太の大會になると、各地方（尤も地方的の爭覇は中止せられて個人競技となつたが）の選手が餘程技倆が接近して來た。樺太の人達が、うまくなつてゐた。私達も、大きなシャンツエで飛びなれてゐた關係上、あのシャンツエによくなれて飛んでゐる樺太の人達は可成恐ろしい敵だつた。フライトの餘裕、ランディング、テクニク、フライトの動作等は未だくゝ吾々の安心していい點があつたが。

しかし、若い人達が、勝敗などあまり重きをおかずに、思ひ切つて飛ばれるのには餘程警戒せねばならなかつた。沼尻

の人達も随分進歩してゐた。もう一息と云ふ所だつた秋野君が、勇敢に頑張つて居る意外には。

東北があまり進歩を見せなかつたのは意外だつた。遅く、然も少數の人で來た關係もあるだらうが、もう少し進んだ、フライトをマスターしたジャムプを見せて貰ひたかつた。

此大會では偶然にも私が優勝の光榮を擔はされた。自分が勝つた此大會を述べるのは、何かこう、氣が引ける。簡単にのべれば、北海道は、安心出來なくなつた事である。無論此の大會に出るよりは、北海道の豫選を通る方が、難しいかも知れない、然し、他地方の選手が随分うまくなつたのは事實だ。北海道がジャムプをマスターしてゐるのは確に優れてゐる、がしかし、フォームに荒さがなかつたか。私は立つ事にのみ専心せねばならないシルバー・シヤンツエで豫選を行つた事が、吾々の苦戰の源だと思つた。今年になつて飛び易いサツポロ・シヤンツエが出來て、つく／＼そう思つた。北海道の人達のフォームの進歩は恐るべきものがある。立つ事に氣をとられて、サツツを輕んじ勝ちな昨シーズンに比して、何とそのサツツの鮮である事よ。樺太の大會が物語る如く不倒率が大になればなる程、サツツは重んぜられねばならない。今年大會がなかつたのは、自由にフォームを研究したといふ點で或は幸であつたと云へやう。

フライト過尊重時代から、サツツ尊重時代へ。

少くも北海道のジャムプは進みつゝある。

暗中模索の時代から、前途に確たる光明をつかみ得たる今日、それは當然すぎるうつり行きであらう。

歐洲派遣選手は屹度何か大なるものを學んで歸るであらう。今年の大會は、札幌のシヤンツエで行はれる。改造して、四十米は出し得る様なものとすべく當時者は研究しつゝある。ホルメンコーレンでさへ四十米の記録である。四十米に達したら、日本のジャムプも占めたものである。

## ダウエルラウフの練習日記

宮 下 利 三

(一九二七年)一月十七日 月曜日。溫度朝零下二度・正午一度・夕零下二度。昨日の寒さに比べると相當に暖い。學校で授業を受けてゐると窓の外でしきりに雨垂れの音がしてゐる。

(折角今日は走らふと思つてゐるのに駄目かなあ!)  
今日に限つて授業時間が馬鹿に長くて退屈でしよふがない。折角今朝降つて呉れた手頃なブルフェルシユネーに對して何となく申譯のない様な氣さへする。

M先生が御病氣欠席のお蔭で晝迄で歸校する。Kの獎めで國から送つて來た御自慢の蜜柑を御馳走になるためKの下宿に一寸寄る。然し残念な事にはユツクリ蜜柑の甘さに舌打ちする暇もない程心の中が慌がしい。

二時頃部屋の中で寒暖計と太陽と雪とを頭の中で混ぜ乍

ら Medium にしよふか Kyster にしよふかとワックスの選定に腐心したが何ふしても決定せず結局左足に Medium 右足に Kyster 塗つて試験して見る事にして八尺のサンドストロームのスキーを擔いで北五條通りを眞直ぐに三角山に向ふ。二中の放課後なんで(變な奴が通る哩)とばかり生徒にジロジロにらまれる。二中の裏でスキーを付けて滑つて見るとドウも、I Kyster 足の方は滑りが良いが左足に引つ掛り氣味だ。

(あゝ失敗つた! ポケットに Medium を入れて來たんだから兩足共 Kyster にして來れば良かったのに!)

二町程軽いシユリットで小走りに行くと左手の畑の中からオーイと呼ぶ聲がする。見るとIがスキーを付けてやつて來る。走りに行かないか——い!と吐鳴つて聞いて見る

と近づいて来た、曰く「學校の歸りだから道具を置いてからにする。」成程腰には風呂敷包がくもり付けてある。

それではと云ふので三條通りで分れて彼は南に吾は三角へと夫々走つて行く。走り出して見るとどふも今日始めて用ふる短いストックの拍子が悪くて三段滑走が思ふ様でない。

(之ぢや短くするんぢやなかつた。)

後悔交りに色々考へ乍ら圓山の臺地に登る、と見るとストックの石突きが一つとれてしまつてゐる。(今日は餘り運が良くないぜ！おーい。)と誰かが私語いてる様だ。引返へさふかと思つたが、まゝよアルファーションシャネツエ迄と若干の空元氣を出して歩き出す。ズーツとバージンの處を見ると今日は未だ餘り來てゐないらしい。芳村牧場の前の硬い道路を渡る時には石突きのないのが痛感された。

Alpha schanze の手前の緩いスロープは昨日の風でクラストの様に表面が一寸堅くて中味の軟い *softturning* には得て嫌な雪質になつてゐる。今日は何處へ行つても此んな雪ばかりぢやないか知ら！と思ふとスプールの付いてない日の練習の實に心細い事を感じる。

*Shane's*

の附近には三二人程のスキーヤーが滑つてるだけだ。雪々たるもんだ。三角のやせた白肌が今年出來たサツボロ大シャツツエを誇りた氣にその姿態を寒冷に冴え切つたコバルトの空にクツキリ浮ばしてゐる。

(いゝ山だね！)

呼吸を調べ、*Stop watch* を切つてA點を下る。なまこ山の北を通つて圓山に向つて走り出す。馬場牧場を過ぐる時スキーの切れ味のよいのにほくそ笑む。火藥庫を右山にした *Side stepping* も今日は案外拍子よく滑つて勢よく橋を渡つてしまふ。此口から森に入らずに圓山から獨立して二二三米の山の東北側を *side stepping* で小刻みに廻つて瀧の澤の半鐘を目がけて二段又は三段で平地ともスロープとも付かない所をリズムカルに吾と吾が脚が頑張つて行く。D點でウオッチを切つて見ると十四分フラット。此の場所は初めてタイムを取つたので確かな事は判らないが、兎に角今日は完全なラツセルであつた事とヘビーが足りなかつた事とに依つて記憶すべきレコードでないことは事實らしい。と愈々毎日練習してゐる十二軒澤のF點に登るコースが眼前に展開してゐる。三十秒程息を入れて、足を四ツ運ぶ間

にストックを左右バラ／＼に一回づゝ合計二回の *Ausstossen* を入れて（之れは自分の最も樂であり且得意である登り方なので）調子を崩さずに、此處丈は馬鹿口を開かず下唇を齒で喰ひしばつて走り出した。が今日はストックの短いためにその拍子が平生とはひどく異なる、其の上何となく後滑り氣味なんで *Einschritt* を極め込んで仕舞ひ一步一步、手と足に頼りラツセルをやり乍ら頑張る。今迄大した事もなかつた汗が鉢巻からポトリポトリと *Continuously* に頬に落ち掛つてみぞれにでも當つた機に冷り！ とする。フーフー云ふて登り切つて見ると五分六秒だ。二三日前五分四秒でアツサリ登つた事を考へると落膽したい處だが、まあラツセルの爲だとしてさつさとあきらめてしまふと、又新しい元氣がムズムズと出て来る。

（鼻すじを傳ふ油汗のうごめきよ！）

直ちにウオツチを切つて十二軒澤の G 點目がけて下り出す快心のスピードに獨り胸を躍らせ乍ら *Virginia*（處女）の恰好な雪に雪煙りを立てゝ下り切ると、川だ。川ばかりは急ぐと危いから悠々と渡る事にする。此處からが三〇キロに於ける一大難コースなんだ！ と思ふと今迄出て居た汗

の事なんぞも何處へやらで呼吸をチィツと整へる。——五秒——十秒——。やがて太い二つの吐息が漏らされると足は最早十二軒澤の上の二五〇米の鞍部に向ふて慌はしい *Dreischritt* に移つて行く。古いスプールの跡もある様だが風でつぶされてるので、此處もラツセルの悲哀を泌々感じさせられる。——どうも後滑り氣味で足が思ふ様に前に出ない。八尺のスキーを脚に付けてるんで短いスキーをはいてる時と違つてボン／＼走る様な理由には行かない。でも長いスキー獨特の軽い *Friction* の感觸が氣持よく脚から傳つて来る。背を匍ふ汗を想念から追出して *Die Steppins* — *Zweischritt* — *Dreischritt* — *Ausstossen* それに無理な開脚も時には交へながら次から次へと走り方を工夫して只馳けて行く。——吸ふ息、吐く息の一つにもエネルギーを節約して。

頂へ！ 頂へ！ そして終に鞍部に見える最後のカーブ迄来た。此々迄は圓山や三角と異つてブルフェールの軽い雪で大層氣持が良かった。それはこの澤が東西に寝て居るのでさしも強かつた昨日の北風も全く手を出さなかつた爲だらふ。この最後のカーブを出るとスキーがガサリと削つ



しい。もうこうなると、早い遅いは問題外だと云ふ氣になる。將に暮れ行かんとする殘陽に心惹かれて大きな眺めに再び見とれる事しばし。

「西行法師は山見て勇む……」すつかり良い氣持になつて大きなバリトーンが腹の底から出て来る。と之は又、下の低い「盤の澤」から微がな山響が俺の餘韻を傳へて来る。そして何となく孤獨の淋しさにとらはれて行く。

(今日は少し遅くなつても構はないから盤の澤を一廻りしよふ。)

三四三米から二八五米の「見晴し」迄小さく起伏した登り降りの愉快なコースを越えて、愈々盤の澤へ出る迄の最後の登りに移る。「見晴し」から K 點迄は札幌が左手に砥石、三段の連峯が右手に見える景勝の地だ。街には未だ灯が入つてゐない。よーし、大丈夫と大きな股が獨りで開いて来てゲン／＼右山を滑る様に登つて行く。もう一度振返つて我々の札幌を見ると煙に覆はれた下ス黒い存在が只ボヤツと見えるだけ。夕闇と共に何となく緊張味が加はつて來て此處ばかりは愉快な登行を續けた。先刻大いに山景を賞でた三四三米から三七〇米の K 點迄十五分十二秒。

餘り觀賞者の態度に出たためスピードが幾分鈍つたものらしい。此のコースの後半は長いスキーも仲々有効だが H 點から、このコースの前半たる見晴し迄は何と云ふても山が小さいし斜面が小規模で、せよこましいんだから短いスキーの方が有利であるに相違ない。且この K 點迄若しも三〇キロの大勢が決定してしまふものであるならば今日の様に長いスキーをはく事は此處からゴール迄一五キロが餘程早く行く自信がなければ險呑な事であらふ。夫にワツクスも今日の様にどつち付かすの日であれば大した影響もなからふが、若しも不成功の場合であるならば、短いスキーなら何とかなるにしても長いスキーなら何うしても浮べれない事は確かだ。そうすると長いスキーをマスターする事は凡ゆる點から見て科學的に研究してゐる人以外は滅多に試むべきものではない様に思へる。——俺の様な未熟なものが此の大きいスキーに跨つてゐる事が一寸クスグツタイ氣持だ。今日のタイムが思ふ様に出ないのも今云ふた様な理由に違ひないと思ふと考へなければ、従つて研究しなければならぬ事の多々あるのに暗然たらざるを得ない。

とまれ、今俺の行手には此の三〇キロコース、否札幌近

郊唯一の *Paradise* たる美しい *selinde* が俺の來るのを待つてゐて呉れるんだ！

スーツと軽く雪煙が足許から湧き立つて *Hooke-Haltung* に（之は僕達の仲間から「オカマ・ホツケ」と命名された一寸不体裁な格構のものではあるが）憩ふてゐる熱い面に時々サツと粉雪が降りかゝつて得も云はれぬ嬉しさに胸が一杯になる。二百米程行くと一寸ブツシュが出てゐて興味を殺されるが、此所を越すと又も三百米程のなだらかな降りが、遙かにマツチ箱の様に見える百姓家の横へ續いてゐる。この降りは傾斜が何にもない様に見える位平且なんだが家の横の橋を渡る時には往々にして、その激しいスピードのために轉倒の止むなきに到る人を見受ける位の猛烈なダツシュである。

其處の橋を渡ると「*Wunder des schneeschus*」にでも見る様な白皚々の *selinde* だ！ 此の *selinde* を横切る思ふ存分の *dreischritt* でスツカリ氣を良くする。此處を走る時に限つて脚が自然に大きく開いて体が頗るリズムカルに行くのは誠に私にとつての「*Wunder des schneeschus*」である。

前へ！前へ！心は更に *Vision* を望んで止まない！

更に一つの橋を渡つてからダラ／＼降りが約五、六分無言の突張りの中に終つた時豫定の馬橋道の交點に到着した。タイム九分二十秒。

（もう今日は之で歸るんだ）——急に望郷の念にも似た淡い感情を抱き乍ら盤の澤の馬橋道に沿ふて「見晴し」の方に歩を向けた。此の時陽は完全に手稻の彼方に沈み、此の物淋しい谷間には黄昏の闇が冷氣と共に、つめ寄せてゐる濡れた軍手を毛糸の手袋と取り替へる。行手の空がポーツと明るい。街の灯の反射が知らず知らずと思ひ乍ら山の端に近づくと、お日様を取り巻いた黄金の雲の一塊だ。——疲れたい目の錯覚か？

「見晴し」に辿り着くと、すうつと灯の入つた美しい街が眼前に躍つてゐる——（冬の夜が靜かに始つたんだな）

滑り出す前にもう一度「さあ家に歸るぞ」と強く叫んで見た。約十分ばかりの物凄いスピードの付く馬橋道が此處から圓山の終點迄一氣に續いてゐる。此の降りは練習の最後の慰藉として自然が與へて呉れた有難いコースだ。此の道も今日は圓山の靜かな境内の暗い森に入るとスピードが鈍るに連れて馬鹿に減入つた氣持になる。頭がガーンと

鳴つてるのに初めて氣付く。到々電燈の輝いてる電柱の幾つかを數へてゐる中に圓山の橋に出た。——(やれ〜)

何時も平地滑走の練習をする「圓山グラウンド」が月に朧ろに照り出されてゐて、何かしら古戦場でも訪れた様な嚴肅な氣分に打たれた。何の氣なしに Ski-Hell, Ski-Hell、二三次叫んで反響を求めて見た。然し誰も答へるものがない。ぢや歸らうかと思つて一寸闇を透かしてよく〜見ると並木に沿ふてグラウンドの東から、どつしりしたバネ仕掛の様な源さんの *dreischritt* が見受けられた。此處に於て再び練習慾に馳られて走る事に即決する。

そして源さんの丁度六回目から一緒に走つた。闇を衝いて二つの心が只走り續けてゐる。橋のたもとに立つてる電燈の下を通る時の外はまつ暗だ。スプールを外れないのは脚の習性に依るのもあらうか？ 月は圓山の南に在つてその影を見せない。だのに馬鹿に拍子付いて來たんで今迄の疲勞も忘れて夢中でスプールを索つて行く。源さんが十回終へたので後の五回のタイムを取つて呉れた俺は只 *dreischritt* に全身の血を集めて丁度九回目を終えてラストの一回に移ろふとした時、足許でガチャリと異様な

響き。と阿修羅の如く馳けて居た四肢が急に止る。見ると *Hang-binding* のとめ金が壊はれたんだ。仕方がないからウオッチも切つた。今日は之で歸らねばならない。

九回迄のタイムが十六分十四秒だ、ラストの一回を一分四六秒としても十八分だ。まあ十八分は切れただらうに惜しい事をしたもんだ。源さんも十八分は確實だつたと確證して呉れる。これは新記録を出し損つたと云ふ軽い悔ひは在つたものゝ(最後迄今日は頑張り續けたぞ)と云ふ氣持が無精に俺を喜ばせた。

「その頂の樹水かみ

今立ちかへる麓へと……」

スキーを肩にした二人の柔いコーラスが圓山の松並木に一時どよめいて、後は物凄く静まり返つてゐた。

暖い紅茶を啜り乍ら明るいI宅のバーラーでつくづく一日の一日を追想したのは、それから二十分後であつた。——*Bindung* を修繕しに入り込んだが不時の珍客源さんと俺との訪問で、しばらくはスキー話の花が咲く。そして歸つたのはもふ彼は七時近い頃だつた。

追記

歸途源さんに何か練習日記の様なものでも「山とスキー」に書いて見ないかと云はれて日記帳になぐり書きを初めた風呂上りの良い氣持でベタ／＼書いて此處迄來ると十二時だ。今日は飛んだアルバイトをやつたもんだと自分乍ら人間の精力と云ふものに頭が下る。

(オーパーワークになるといけないから明日は Rest Take としよう) 人聲がすると思つたら家の前で誰か鍋焼うどんを啜つてゐるらしい。

一九二七・二・一七

僕の拙い文章では到底何處を何うして走つてゐるのか見當も付かない事と思ひますが若し札幌郊外地圖か又は全日本大會用の地圖(大正十五年印刷)があつたら参照して見て

寫眞說明

サンモリツツ

來年二月オリンピツクのウインター・スポーツの競技會の催される所です。

キーをやられる方なら皆御存知でせうが。

オリンピヤ・シヤンツエにて サンモリツツのオリンピヤ・シヤツエは Thomas, Ralph が飛んでゐる所です。此はサンモリツツの人です。

下さい。此のコースを練習される方々の何かの参考にでもなる様な事があつたら之に越した筆者の喜びは有りませんが、今書いた場所は三〇キロの前半に過ぎません。然し吾々が放課後に行ひ得る練習(量)の恐らくはマキシマムが此の日の練習だと云へると思ひます。スキーを漫然と楽しむ事を許されない吾々の生活にも何か光つたものが窮はれる様な氣がします。

雪と溫度とワツクスのピッタリ適應してゐる日の練習の事を思へば、他のワツクスに失敗した多くの日の事を潔く忘れる事が出來ます。そして目を閉ぢる度に良き日の幻想が腦裡に躍動して來ます。——之が Kern Lauter の喜びな

◇木原均氏來札

歐洲留學中に、フィンランドに於て開かれた國際スキー聯盟の會議に、今泉氏とともに日本を代表して出席された木原京大教授は八月九日來札された。

十二日には、北大スキー部主催の歡迎會を有合亭に開催した。夏期休暇中で來會者は比較的少なかつたが、誠に意義のある集りであつた。木原氏は滯歐中に、氏自身撮影された映畫を映寫して各地のスキーを吾々に示された。有名なスキー場、選手達に接し得て誠に嬉しかつた。

フィルム映寫後、非常に澤山の寫眞を見せて色々説明された。各選手のフォーム、シャンツエの近代的傾向等よく理解し得るまで懇篤に教へて下さつた。

その翌日は、札幌シャンツエを見て頂いたし、今シーズンの競技には得る所誠に大きかつた。

◇オリンピック派遣選手決定

八月十日東京に開かれた全日本スキー聯盟のオリンピック派遣選手詮衡委員會は左の通り決定發表した。

監督兼ジャムプ	廣田戸七郎(北大出)
ジャムプ	伴素彦(北大)
競走	高橋昂(早大出)
同	岡村源太郎(北大出)
同	矢澤武雄(早大)
同	竹節作太(早大)
補	小林辰雄(北大)
	永田實(早大)

◇お詫び

今月は原稿が少し競技に片よりました。夏休み中ですから御許しを願ひます。

故に僅かのアプローチを有するジャムプは、非常にアプローチの距離を有するジャムプに比して空中に於ての体の矯正運動は滑走速度が減すれば減する程、又飛躍中の下降が深ければ深い程、困難である。そして均衡姿勢は益々重苦しくなる。

積雪の各種の形態——雪崩、雪庇、雪帽、雪紐、

樹氷、樹冠上積雪の奇形、雪層の構成、雪面の波紋等の寫眞を蒐集してをります。右に關する印譜（繪葉書又はその他の複寫にても不苦）の御惠與を得ば幸甚と存じます。お望により北海道の山岳湖沼、森林等の寫眞印譜と交換も結構です。

會員 加 納 一 郎

札幌市南十二條西七丁目

を再度伸ばすことによつて此動作の効果を定め得るであらう。

不十分な前傾姿勢を矯正するよりも尙一層困難なことは、空中で餘りに前懸りになり過ぎたのを適當に矯正することである。一定度までは吾々は卒中慣れて居る兩腕の廻轉を速かに繰返すことが出来る。それ故上前方から下前方に次いで更に横後方から上方への新しい方向に向つて廻轉し、前方に傾き過ぎた体を直すことが出来る。然し多くの場合ジャムバアは思ひ切り前方に懸らうとする様にとめて居る様な氣持を見る。丁度彼等は兩肘のところで兩腕を曲げてそして稍々前方に伸ばされてある兩腕で小さな輪を畫き、そして掌を前方に突きつける様にして居るかの如く恰も後方の一つの想像點に對して押し出されたやうにして居るかの如く。

ジャムバアが空中に斜の位置にある時は、彼はたゞ一方の腕で舵をとるか、或は兩腕を互に交互の舵運動として、此欠點を矯正するやうに試みる事が出来る。更に私は述べて行く。

吾々は飛躍の間中彼の兩腕を体の長軸に落つて後方に垂れ下げさすことも出来るものである。然し此兩腕を垂れ下けて置くことは、全空中飛行中完全に凡べての平均のとれた時に有効であつて非常に稀な場合である。

飛躍中の最も良い兩腕の保持は、最初に述べた兩側廻轉位置或は普通<sup>の</sup>方向に向つての落ちついた兩腕の圓運動である。此落ちついた兩腕の廻轉で——中等距離のジャムプで約二回——ジャムバアは空中飛行を美的に非常に美しい姿勢で均衡を示すものである。

空中飛行中の矯正運動として尙行はるるものがあらう。それは殆んどジャムバア夫々の固有の方法によるもので、自分の眞の經驗に俟つて自ら習得し得るものであらう。それは多くは先天的の均衡運動によるものである。私はたゞ次のことを付け加へたいと思ふ。即ち關係といふことは大へん複雑のものである。即ち運動体である体の部分に對する空氣の抵抗關係、その影響によつて起る空氣の渦巻き、空中抵抗の中點に關係する体重心の移動及び空中抵抗の中點は尙一層關係を有するものである。然し吾々は第一に次の様なことを述べる事が出来る。

一つのジャムプで、一層大なる速度で体が飛行して行く程、体の均衡はその持續中に於て一層より容易に保つて行くことが出来る。

である。そして下向しすぎるといふことは、踏み切りの後に非常に無理に足先きを下方に押すことによつて生じ得るものである。此場合に空氣の抵抗はスキーの表面にあり、尖端は尙一層下向する。此不良なスキー操作と強い前傾と結びついて体は特に遠距離飛躍をした様な時には、前方に傾いて居るスキーによつて尙一層前方にかけられ、非常に危い轉倒を招くであらう。

若しも踏み切り中にジャムバアが必要な前傾姿勢をとることが出来なかつたならば、此過失を飛行中に正す爲に種々の方法をとる。然し此矯正運動は醜く、あり、救急手段として先づ有効であらう。それ故美しいジャムバアは、已に踏み切りによつて正しい前傾が達せられて居るものである。

然し不充分の前傾をよりよく矯正せねばならないといふことは、實際に非常にしばしば起り得るものである。此救急手段は兩腕の運動による。前下方から前上方に、そして更に後下方に向つて兩腕を廻轉することが出来る。そして此廻轉を若しも速かにしてカー杯になし得るならば、ジャムバアはうんと前傾になれるであらう。ジャムバアはその時大抵型にはまつて居る様な運動で体の運動と一致させて行ふ。即ち兩腕を前下方から前上方に振る間に上体を稍々前方に屈する。そして後下方に向つて廻轉して居る間に大腿部を再び前方に押しやり再び完全に伸び切つた姿勢にかへされる。

ジャムバアは兩腕を下方から上方に廻した瞬間に、自分の体を精一杯前方に屈する。そして前傾を助くる第二の手段を應用するのである。此二つのコンビネーションした運動は前傾姿勢をとることを助けることが大である。

空中カーヴの降り坂でジャムバアは自分の前傾を増す。そして此時彼はさうして空中にある感じを持つことが出来る。此感じは急に下方から増してくる空氣の抵抗を受くるんで判る。

ジャムバアはしばしば此矯正運動を兩脚を僅かに引くことによつて助くるのである。實際上肢は急に一氣に前方に傾いて居る上体に對して引寄せられる。是は“Op-traekke” と呼ばれる運動で、これはたしかに体を前方にうんと傾けさせるそれ故前傾姿勢を意の儘にすることが出来る。ジャムバアは自分の体に引寄せ居る兩脚を更に後方に或は前下方に伸ばして、より前方に傾けやうとか、或は又僅かに懸けやうとかと云ふ希望を達することが出来る。ジャムバアはそれ故兩脚

らねばならない。それによつてジャムバアは、一方に於て正しく着陸することが出来、他方に於て有効に遠距離に達することが出来る。この事は前述した通り明かなことではあるが、尙此理論をもう少し考へて見たい。即ち空氣の抵抗は飛躍中の初期の速度に重大なる影響を有して居る。即ち此抵抗が飛躍中の高度の差を非常に大きくすることは容易に知ることが出来る。

短距離飛躍に於ては、空中に於けるジャムバアの前傾はアプローチの傾斜に附合せねばならない。即ちジャムバアが斜面に直ぐ直角になる位にするのである。

已に最後に述べたるスキーの操法は兩スキーを長軸に大ならしめ、飛行の方向に全く平行にし空中を滑走して行く、そして空氣の抵抗の影響によつて兩スキーを一瞬間下向せしめ得ることは、特にスキー操作に都合のよいことである。

是に反して兩スキーを上向せしめると甚しく空氣の抵抗を受け、その爲に前傾は有効にすることが出来やうけれど、その結果兩脚と上体との關係で飛行を妨げる。是を妨ぐ方法は全く非常に問題である。如何なる場合でも空中でスキーの上向して居ることは美しくない。そして又着陸が困難である。それ故かゝるスキー操作の方法は可及的避くべきである。それ故吾々はスキーの尖端を上昇することを避ける。そして踏み切り後同時に兩スキーの尖端を爪先で下方に壓す。然し若しも前方に傾いて居る体が自動的にスキーの尖端を下げるならば、その方が尙更よるしい。これは兩足が靴踵をスキーから決して離さずにスキーの上に立つて居る場合である。斯様にスキーの上に立つて居るジャムバアは、已に一度述べた様に、最も力を利用することが出来、又兩スキーを操縦して行くに當つて生じ来る欠點を容易に矯正することが出来る。

比較的シバシバ吾々の目につくことは、ジャムバアの兩スキーのテールのクロスすることである。是はジャムバアが、空中に於ける不充分的な前傾から尙前方にむりにかへらうとする時に此の過ちが生じて来るものである。即ちジャムバアは此努力のために足を上方に屈ける。そしてその時不隨意的に自分の足先を丁度直立不動の兵隊の様に外方に廻すのである。かゝるスキー操作の姿勢では、無論着陸には轉倒を招くことになる。

兩スキーの尖端の上向することより以上に危険なることは、過ちの多い爲に、或は又遅過ぎる踏み切りの爲に、スキー尖端が下向し過ぎた時の前と反對の姿勢

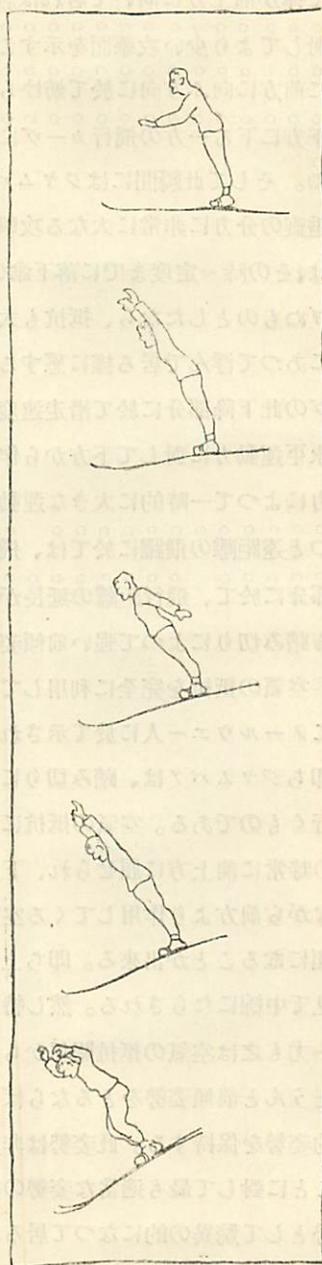
一の正しいスタイルとして認めらるるものであらう。全くジャムプに於ては大膽な動作は審美學的の「美」を表はすものである。是が所謂發達を此處にまで到達せしめたものであると云ふべきである。

勿論ジャムプは、自分の前傾を思ふ存分高めることは困難である。それは彼が前傾にしすぎた爲に返つて轉倒するからである。

着陸に際しては、ジャムプはほぼ着陸斜面に直角位的位置にならねばいけない。然し彼は飛行中に於て、稍々前傾を増し、そしてそれによつて空氣の抵抗に對する關係に對して適當な前傾姿勢をとることが出来る。

落下の速度は、飛行の過程に順じて益々大となるものである。そしてそれに相應して下方から作用する空氣の抵抗も増加する。その下方からの空氣の抵抗は、彼のの前傾姿勢に對する上昇的の量となつてジャムプの体に逆に作用するものである。

斯く論ずれば一定の前傾姿勢をとるといふことは遠距離飛躍の目的を達する爲に有効な事ではあるが、尙又確實な着陸をするといふ爲にも必要な事柄である。即ち是を學ばなかつたならば、ジャムプは危險を招く。そしてその結果空氣の抵抗は彼を押しつけそして着陸に際して充分に前方にかゝることは出来ない。滑走速度が増加すればする程又空中飛行中の下降が大となればなる程、空氣の抵抗は益々大となる。それでそれだけに前にもかゝ



して体が前上方に向いて居れば居る程、彼は前方から作用しつゝある空氣の抵抗に對してより少い攻撃面を示すことになる。そして滑走によつて出る速度も亦水平に前方に向ふ方向に於て妨げらるることが少くなる。飛行の經過中に於て堪えず下方に下る一方の飛行カーヴに一致して空氣の抵抗も下方から上つて來ねばならぬ。そして此瞬間にはジャムバアは、強い前傾姿勢をとつて居り空氣の抵抗の垂直の分力に非常に大なる攻撃平面を示して居る。前方に傾けられて居る体の面は、その時一定程度までに落下傘の様に働く。若しも下降体が非常に小さな物体に過ぎぬものとしたなら、抵抗も大して受けないであらう。ジャムバア自身は、空中にあつて浮んで居る様に感ずるであらう。然し乍らジャムバアは、空中飛行カーヴの此下降部分に於て滑走速度に従つて一定の前傾運動をする。その時に下降の水平運動力に對して下方から作用しつゝある空氣の抵抗によつて生ずる下方の抗力によつて一時的に大きな運動空間を前傾姿勢の完成に與へらるる。それ故、ずつと遠距離の飛躍に於ては、飛行カーヴの水平に行く部分よりはむしろ下向せる部分に於て、飛行距離の延長があつかつて力あるものである。そして更に有効なる踏み切りによつて強い前傾姿勢を早くとればとる程、飛行距離は愈々大となる。空氣の抵抗を完全に利用して居るものは、今日まで多くの優れたジャムバア殊にノールウエー人に於て示されて居るスタイルである。

即ちジャムバアは、踏み切りに於て前方に傾いて居る体姿勢を全飛行の間保つて行くものである。空氣の抵抗に對して主要なる攻撃面を示すところの上体は、その時常に前上方に屈せられ、下方から來る空氣の抵抗に大なる攻撃面を示して居ながら前方より作用してくる空氣の抵抗の影響を多少減じて居る。其時完全に前傾になることが出来る。即ち上体及び兩脚の前傾姿勢は、ジャムバアの姿勢から見て中線にたらされる。然し特に甚だしく前傾といふ譯でも亦不適當である。——尤も之は空氣の抵抗關係から見てではあるが——若しも自然的に此姿勢でもつとうんと前傾姿勢をとるならば、ジャムバアは殆んど遠距離の着陸に對して理想的姿勢を保持する。此姿勢は非常に競技的の實際即ち遠距離飛躍の目的を達することに對して最も適當な姿勢の様に見える。此スタイルは現今では全く立派な姿勢として驚異的になつて居る。然し私の觀察を以てすれば、已に緒言に述べた様に非常に大膽な動作として認めらるるスタイルは、美といふ點に於ても亦唯

保たれて居る。ジャムバアは其時可及的兩スキーを閉ぢそして平行に保つて樂に構へて行く、そして兩スキーの尖端は次第に前傾姿勢と共に緩かに下方に向けられ、兩スキーが下方の着陸斜面と平行になる程度にまで下方に向けて行く。兩スキーは空中にあつて一つの平面を形作つて居る。それ故兩スキーは一方から考へると一本のスキーも同然の作用を有する譯である。空中の最後の部分で前傾姿勢が着陸斜面に直角以上になつて居る時には稍々前傾を減ずるのである。その形は今日の見解によると現今行はれて居る立派なジャムブの寫眞が示して居るところのものである。

吾々はジャムブ入門の章に於て已に述べたるジャムバアの空中で有効に働く力についての考察に立返つて見たい。それは即ち滑走の速度、及び踏み切りの完成乃至は重力及び空氣の抵抗とである。

滑走速度は、ジャムバアがシャンツエを離れた後、若しも重力が下方に働かず又空氣の抵抗とその速度を防ぐことがなければ堪えず同一方向に地上を超えてジャムバアを運んで行くのであらう。

ジャムバアをシャンツエの水平面上より多少上方に上ぐる踏み切りの力は、重力に抗して働く、それで重力はその後始めて働くであらう。即ち踏み切りによる飛行カーヴの上昇は後になつて始めて下降するのである。そしてそれによつて飛行距離が延長される。然し乍らジャムバアは、飛行中空氣の抵抗をも受くるものである。而も此重要事が閑却され易い。吾々は物理學から次の事を知る。即ち一つの物体が増大すればする程、又その速度が運動の活躍面をより大にすればする程物体に對する空氣の抵抗は一層大となる。そして益々その速度を防ぐであらう。然しジャムバアは一定の速度を以てシャンツエから空中に滑つて行く。この速度はそれと一致して居る空氣の抵抗によつて減ぜられて行く譯である。而も空氣の抵抗は、速度の増大と共に大いに影響するものであり、そしてそれは、速度の二乗に比例するものである。此空氣の抵抗を非常に高むるといふことは、若しも吾人が次の如きことを考へるならば明白となる。即ちジャムバアは、非常に遠距離へ飛行して行く時には、空中を一時間七〇軒の速さで出始めるものである。そして次いで若しも伸張せる体が運動の方向に對して直角になつて居るならば、ジャムバアは空氣の抵抗に對して、大なる攻撃平面を示して居ることになる。そ

# スキーテクニツクの研究

## フライトの姿勢について

著者 ドクトル・バアダー  
ハンス・シュネーベルゲル  
抄譯 廣田戸七郎

本稿を讀まるるに當つて先づ短距離飛躍の場合の空中態及び空中運動と長距離飛躍の場合のそれとは可成りはつきりした區別を持つて居るものであるといふことを知つて頂きたい。そして本稿にある空中運動の説明を讀んで頂きたい。主として説かれて居ることは長距離飛躍の場合の空中動作並びに之に關聯したことである。

如何にしてフライトで前傾姿勢をとるべきか、如何なる理由によつてフライトに於て前傾姿勢をとる必要があるか、そして何故にクの字型に飛行するのが合理的であるか、如何にして空中の不正姿勢を矯正すべきか、そして最後に兩腕の廻轉運動が如何に空中運動を助くるものであるかといふことどもに關して精しく説かれて居る。文の拙劣は譯者の不才の致す處、何卒寛容されたい。

ジャムバアは踏み切つてシャンツェから離れ、そして空中へ躍り出る。踏み切りの力は、ジャムバアの空中で畫くカーヴを最初は上方に次いで水平に、そして次第に下向せしめて着陸斜面に傾けしめるものである。空中カーヴの上昇しつゝある極く短い瞬間にシャンツェから離れて未だ屈して居る体を前方に完全に伸ばす。

空中飛行中にジャムバアは、その体が着陸斜面と直角になるか、或は尙一層着陸斜面に前傾になる位に、次第々々に前方に傾いて行く。ジャムバアは体を完全に伸ばした姿勢で飛行して行くが然し空中にある間体は樂に保たれて居るのである。そして兩腕は兩肩の關節で緩かに廻轉さるるか、或は側方運動を行ふ位置に

# 「山とスキー」バツクナンバー

唯今左の號數の殘本を所持して居ります。御希望の方には喜んでお頒ちします。

## 第一年目

一號—十三號  
十四號—十五號

絶版  
絶版  
僅少

## 第二年目

十六號—十七號  
十八號—二十六號

絶版  
絶版  
僅少

## 第三年目

二十七號—三十號  
三十一號—三十四號  
三十六號  
三十七號

僅少  
絶版  
僅少  
絶版

## 第四年目

三十八號—四十九號

僅少

## 第五年目

五十號

極少

五十一號—五十三號

僅少

五十四號

絶版

五十五號

僅少

五十六號

絶版

五十七號—六十號

僅少

## 第六年目

六十一號—六十五號

僅少

六十六號

極少

六十七號 以下僅少なからあります。

右の内二十六號及び五十號は倍大號につき定價金六十錢、他は何れも一部金三十錢であります。

昭和二年四月調

山とスキーの會

自信ある本年度製作品



SKI HEIL

スキー  
ト

其用具全般

中野商店

スキー印

第一  
産  
第  
製  
二  
大  
量  
斯

札幌



GET SUPERFINE SKEES.  
AND MAKE AN  
EXCELLENT  
RECORD!

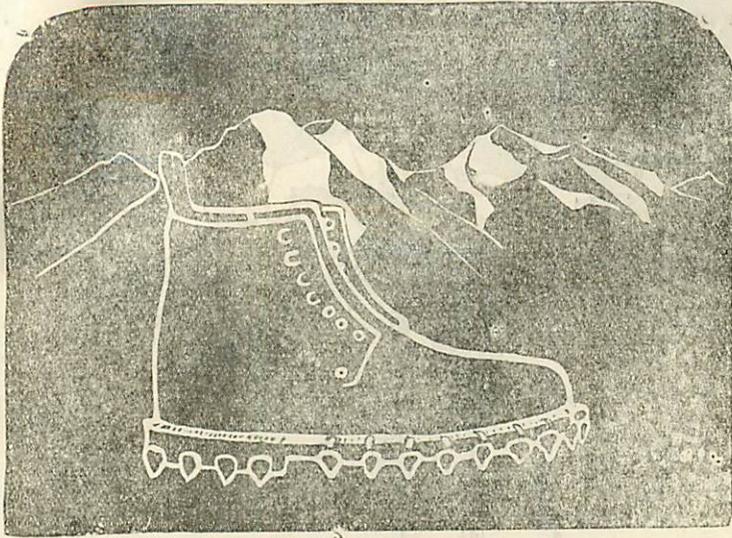


具用其ト一キスルナ秀優

樽 小

店 具 動 運 屋 梅

テ於ニ會覽博藝工産畜回二第  
領受牌金賞等一



靴一キスと靴山登

角目丁四區郷本市京東

店靴屋田太

番二一七四小話電

番七二一六京東替振

◆山とスキーの會は北海道帝國大學文武會スキー部の有志が、此の雜誌を發行する爲に作つてゐる會です。

◆スキーを研究せられる人、登山に興味を持たれる方が一人でも多くお読み下さることをお願いいたします。

◆山岳及びスキーに關して何なりとも御寄稿下さい。原稿紙はお願ひします又印譜の御惠送を切望致します。御申越次第お送り致します。

◆原稿は、。を一字とし、行を更めるときは一字下げること。

◆記事中の數量は全て、C・G・S系によられん事を望みます。

◆雜誌代金に就て一應下記の諸項を御承知下さい。

◆本會より發する電信略號を「ヤマ」として居ります。

◆前金切れの時の御知らせは最後の分の包装中に同封して御送りします。次の御送金あるまでは配本を見合せます。

### 定 價 金參拾錢

\*前金御申込か、現金でなければお渡しいたしません。

\*御送金はなるべく振替にてお願致します。

\*六冊分前金拂込の方には送料を頂きません

\*前金の切れた時の御知らせは最後の分の包装中に同封して御送りします。次の御送金あるまで配本を見合せます。

\*本誌は營利的の刊行物ではありません。紹介、縁故の有無にかゝはらず雜誌の代價は頂きます。

昭和二年八月廿八日印刷  
昭和二年九月一日發行

(毎月一回一日發行)

編輯者 井 出 英 次

印刷兼 發行者 廣 田 戸 七 郎

北海道札幌市北一條西二丁目

印刷所 札幌印刷株式會社

北海道札幌市北四條西十二丁目一番地

發行所 **山とスキーの會**

振替口座水樽八四九五番

La Gazeto  
de la  
Monta kaj Skia Klubo

No. 75. Septembro, 1927. Sapporo. Japanujo.

Mimatsu Special Sporting Goods  
for  
Everything in Summer and Winter-Sports.

美滿津特製

夏と冬の各種スポーツ用具!



■ 型録「春より夏へ」進呈 ■

HONGO, TOKYO, JAPAN.  
MIMATSU & COMPANY, INC.

合名會社  
美滿津商店

東京、本郷、赤門前

大正十三年七月二十七日第三種郵便物認可  
昭和二年八月廿八日印刷納本  
昭和二年九月一日發行

山とスキー

第七十五號

定價金參拾錢