

青年部

チャレンジ コーナー (ボクシング編)



今回チャレンジさせてもらったのは、海田町東昭和町にあります特定非営利活動法人NPOフリースクール・グロービーさんです。

こちらのジムは小学生から60歳代の大人まで老若男女問わず幅広い年齢層の方々が来られています。心身の健康づくりを基本にダイエット、ボクシングの競技能力向上など目的を持って活動しています。通信制高校のサポート、小学生を対象に学習指導などもされています。現在こちらのジムで活動されている選手の中で一押しの手がいますので紹介します。昨年の10月に行われ

た山口国体にライトフライ級で広島県代表として出場されました高校一年生の東森一希選手です。

ボクシングとの出会いは小学校一年生のときお父さんと一緒にいったカルチャーセンターが初めてで、その時に面白いと思ってずっと続けられています。すでにボクシングをはじめて約10年、このまま頑張つて世界チャンピオンを目指してほしいですね。ちなみに憧れの選手は長谷川穂積選手です。体験では代表者の丸亀恭敬さんに挨拶して本日のメニューを発表してもらい早速開始しました。ちなみにメニューは

- ① ランニング 約1・5km
- ② エアー縄跳び 3分1R
- ③ なわとび 2分2R
- ④ 攻撃 (ジャブ、ワンツ一の打ち方)
- ⑤ 防御 (パーリング、ダッキング方法)
- ⑥ ミット打ち
- ⑦ スパーリング (2分1R)
- ⑧ ストレッチ

そして青年部員が二番楽しみにしていたスパーリングの前にすでに部員はバテバテ、少し休憩をはさんで対戦相手を丸亀代表に決めていただき、中学生、大人の3人に対して青年部員は7人で挑戦いたしました。試合の結果は言うまでもないですが、生徒さんの圧勝でした。倒すどころかパンチをまともに当てさせてもらえませんでした。

青年部員は結局生徒さんの切れのあるパンチをボディに受

けて撃沈していました。そして最後にストレッチをして終了し、約1時間半みっちり動いた結果、仕事でもこんな汗かかんじやら、というぐらい汗が出ていました。実際試合の時は1R3分ですが、今回は2分でスパーリングをしてみて、こんなに2分間つて長いと思ったのが率直な感想でした。

当然スタミナも切れてバテバテでしたが青年部全員、何とかやりきることが出来ました。最後になりますが、グロービー丸亀代表を始めとする関係者の皆さん、この度は本当に貴重な体験をさせて頂きありがとうございました。

ぜひ皆さんもボクシングで気持ちのいい汗を流してみませんか？

記事担当 高田



東森一希選手

