



# Hola! (オラ!こんにちは) オラが町

## オリパラ通信 Vol.16

### パラリンピック競技紹介 第1回「パラカヌー」

加美町では、東京2020大会の直前に、チリのパラカヌー、パラパワーリフティング、パラ陸上の合宿を予定しています。今月号から3回に分けて、それぞれの競技の見どころを紹介いたします。

初回は、下半身に障がい

のある選手で競う水上の短距離走「パラカヌー」です。

### 「パラカヌー」とは どんな競技?

パラカヌー(パラリンピックカヌー)は、2016年のリオデジャネイロ大会から、正式競技となり、オリピックのカヌーと同じ競技専用のカヌー艇を使用し、2000mの直線コースでタイムを競います。

選手の鍛えぬいたパランス感覚と力強さ、華麗なパドルさばき、水上を滑るように進むスピード感に注目です。

### オリンピック カヌーとの違い

パラカヌーでは、障害の程度や運動機能によって3つのクラスに分けられます。**下図** また、障がいに合わせてシートなどの改造が認められています。

昨年、加美町で合宿を行ったカテリン選手は「L1クラス」で、シートに背もたれを付けるなどカスタマイズし、競技に挑んでいます。

### 水の上は究極の 「バリアフリー」

水の上は、段差や坂道がないことから、多くの選手は「究極のバリアフリー」だと言います。

カテリン選手も「水の上を自分の足で歩いていくような感覚に感激した」と、カヌー初体験の思い出を語ってくれました。



### パラカヌーのクラス分け

<b>L1</b> クラス	胴体が動かせず、肩と腕の機能だけで漕ぐ選手	
<b>L2</b> クラス	胴体と腕を使って漕ぐ選手。体感のバランスが効く	
<b>L3</b> クラス	腰・胴体・腕を使い、力を入れて踏ん張って漕ぐ選手	