

競技の見方

スポーツクライミング競技会は、2名で1チームの団体競技です。競技は「リード競技」と「ボルダー競技」の2種目があり、2名がそれぞれ2種目を競技し、種目ごとにチーム順位をつけて競います。

リード競技

●競技概要

高さ12m以上、幅3m以上のクライミングウォール（人工壁）にルートセッターにより設定されたルートを登り、所定の時間内に到達した高さで順位が決まります。ルートを作成するために使用するホールド数は最大55～60個ほどで、途中の支点到にロープをかけ安全を確保しながら登り、トップホールドに到達して最後の支点到にロープをかけると「完登」となります。持久力が勝敗を分けるため、疲労をためない効率的な動きが結果を左右します。

●競技の進め方

選手全員が、競技の前に6分間だけルートを観察する「オブザベーション（下見）」を行います。その間にどう攻略するか考えなければなりません。予選においては、他の選手の登りを見ることや、予め撮影したデモンストレーションビデオを見ることが出来るフラッシュ方式が採用されています。決勝においては、他の選手の登りを見ることや外部との連絡によって情報を得ることは一切できないオンサイト方式で本番を待ちます。制限時間（6分）の間にスタートホールドから、トップホールド（終了点のホールド）まで登り、最後の支点到にロープをかければ「完登」となります。途中で落下した場合は、その到達高度で終了となります。

●順位決定方法

それぞれの選手の到達高度から個人順位を算出し、2名の個人順位を相乗し、その値が小さいチームが上位となります。

クライミング用語の解説

- ◇「ルートセッター」ウォールにホールドを取付、選手が登るルートを作成する人を指します。
- ◇「ホールド」壁から突起した手掛かり、足掛かりとなるもの。色や形も多種多様。持ちやすいもの、持ちづらいものがあり、これで課題の難しさを演出します。
- ◇「ハーネス」ロープを結ぶ安全ベルトのこと。
- ◇「課題」人工壁にホールドで構成された登るためのコースのこと。
- ◇「グレード」課題の難易度。ボルダーにおいて日本では主に段級位制が使われ、初級者の方は8～7級からで数が減ることで難易度が上がります。1級の次は初段、二段と段数が増えていきます。リードでは11, 12, 13…と数字が大きくなると難しくなり、更に数字にa～dが付き11 aよりも11 dの方が難易度が高くなります。
- ◇「フラッシュ方式」下見をしたうえで登ること。
- ◇「オンサイト方式」初めて見たコースを一度で完登すること。

ボルダー競技

●競技概要

ボルダー競技は、高さ5 m以下、幅6 m程度のクライミングウォール（壁の傾斜や形状が異なる4面）の壁に取り付けられたホールドで構成される4つの課題をいくつ「完登」できるかを競います。リードクライミング競技（リード競技）と異なりロープを使わないので、地面には落下時の衝撃を緩衝するマットを敷いて競技を行います。

●競技の進め方

国スポでは1チーム2人1組で行います。中央から左に2課題、右に2課題が設定されており、2名の選手は、制限時間（5分間）の中でまず2課題を登ります。休憩を挟んで残りの2課題を同様に5分間で登ります。スタートホールドは、それぞれの課題によって異なる配置となっており、4点支持（四肢）によってスタートを切ります。トップホールドに両手で触れて姿勢を安定させれば「完登」となります。

●順位の決定方法

スタートのホールドから、終了点のホールドを両手で保持出来れば「完登」となります。完登が出来なくても、途中に設定してあるゾーンポイントのホールドを保持することによってゾーンポイントを得ることが出来ます。制限時間内であれば、途中で落ちて何度でも挑むこと（アテンプトすること）が出来ますが、同じ完登でもアテンプト数が少ないほど優位になります。チームの選手2名が4つの課題を登り、獲得した「完登数」「ゾーンポイント数」で順位が決まります。2名の個人順位を相乗し、その値が小さいチームが上位となります。

●特徴

ボルダー競技は、課題ごとに様々な動きが要求され、選手は瞬時の判断力と対応力が求められます。また、チームの選手同士での相談やアドバイスすることも出来るため、チーム力も必要になります。



リード



ボルダー