

レスリング選手の体力測定

結果報告

——1961年世界選手権大会出場選手について——

財団法人日本体育協会
東京オリンピック選手強化対策本部
スポーツ科学研究委員会

世界レスリング選手権大会出場選手の

形態測定結果について

スポーツ科学研究委員 横 堀 栄

1961年アマチュア・レスリング世界選手権大会が横浜で開催された。この機会に最強チームとマークされたイラン選手14名、ソ連選手10名、トルコ選手17名、アメリカ選手12名について身体計測を実施することができた。測定項目は次のようである。

1. 長育：身長，坐高，前胴長，上肢長育（手長，上腕長，前腕長，上肢長），下肢長育〔大腿長，下腿長，下肢長（身長一座高）〕
2. 量育，栄養：体重，皮脂厚
3. 巾育：胸囲，上腕囲（最大および最小），前腕囲，大腿囲
4. 指数：ローラー指数，比体重，比胸囲，比上肢長，比下肢長（注）

対照として日本のローマ大会出場選手をとった。

測定者の平均値をとって比較するのは意義が少ないので，測定者のうちで優勝者または2位となったものを選び日本選手と比較してみた。

フリー・スタイル（Free style=腰から下にも上，下肢をかけてよい）とグレコ・ローマン・スタイル（Greco roman style=腰から下に上，下肢をかけては

いけない）に分けて考えたい。

I. フリー・スタイル

1. フライ級

世界選手権2位であったイランのソルタニナジャド（写真1）と日本の松原選手（ローマ大会2位）の体型を比較すると次のようである。

- 1) ソルタニナジャドは坐高83.8cm，松原は86.5cmでかなり差がある。身長，体重，胸囲はほとんど等しい。
- 2) 上肢長はソルタニナジャドが2.6cm長い。
- 3) ソルタニナジャドは大腿長，下肢長も2cm大きい。したがって前胴長は2cm短い。
- 4) 上腕囲は松原の方がややすぐれている。トルコのヤニルマス（第3位）は上肢が長く，上腕囲は松原に劣っている。

アメリカのウイルソン（5位）は身長が高く，上肢，下肢が上記3選手より著しく長い。ローラ

（注）比体重=体重(kg)/身長(cm)×100，比胸囲，比上肢長なども同様である。ローラー指数=体重(g)/身長³(cm)×10,000 身体の充実度を示す。

指数は 125 で体の充実度からみると日本の普通人に近い体型である。

2. バンタム級

世界選手権で 1 位をしめたイランのサフプール選手 (写真 2 と日本の浅井選手 (ローマ大会 4 位) を比較すると、体型的には次のような差がある。

1) サフプールの身長は 165.5cm, 浅井は 160.8cm で 4.7cm の大差がある。

2) サフプールは上腕, 前腕ともながい。上腕囲は浅井に劣る。上肢長は浅井より 6.5cm も長い。

3) サフプールは大腿長, 下腿長もともに長く下肢長は浅井より 10.4cm も長い。したがって、胴長は浅井より 7.8cm も短い。

4) サフプールのローラー指数は 128, 比体重 35.1, 比胸囲 56.8, 比上肢長 45.0 で、体型指数からみて日本の陸上跳躍選手に近い体型で、日本のレスリング選手のこれまでのタイプと全然違った体型である。

トルコのアクバッシュ (3 位) は浅井に近い体型であるが、上肢が著しく長い。

アメリカのモリノ (6 位) は浅井に近い体型であるが、やや劣っている。

3. ライト級

世界選手権で 1 位をしめたイランのサナトカラン選手 (写真 3) と日本の阿部選手を比較すると、体型的には次のような差がある。

1) サナトカランの身長は 171.4cm, 阿部は 164.4cm で 7cm の大差がある。

2) サナトカランは手長, 上腕長, 前腕長 (阿部より 4cm ながい) が長く, 上肢長として 8.4cm の大差がある。

3) サナトカランは下腿長と大腿長が長い。下肢長として 6.2cm の差がある。

4) サナトカランは上腕最大囲, 最小囲とも阿部より 2cm 小さい。大腿囲と下腿囲は差がない。

5) サナトカランの皮脂厚は 6.0mm で阿部の 11mm に比較してうすい。

6) サナトカランのローラー指数は 135 で、阿部の 155 より小さく、日本の陸上競技選手に近い。比体重, 比胸囲, 比坐高は小さいが、比上肢長は

45.0 で阿部の 38.7 より著しく大きい。比下肢長も大きい。

トルコのダキスタンリは阿部に似た体型である。ただ上肢がかなり長い。

アメリカのノースラップはサナトカランに似た体型である。胸囲その他上半身の発達がわるく、上肢がやや短かい。

4. ウェルター級

世界選手権で 1 位をしめたイランのハビビ選手と兼子選手を比較すると、体型的には次のような差がある。

1) 兼子選手の胸囲は 103cm でハビビの 98.7cm より 4.3cm 大きい。これは兼子選手の腹部皮脂厚が 14.5mm, ハビビ選手は 6.0mm で大差があることも関係している。

2) ハビビ選手は手長, 上腕長, 前腕長いずれも兼子選手より長く, 上肢長として 2cm 長い。

3) ハビビ選手は大腿長, 下腿長 (5.9cm もながい), 下肢長が兼子選手より大きい。

4) ハビビ選手の上腕最大囲は 34.2cm で兼子選手のそれより 2cm 小さい。上腕最小囲も同様の差がある。

3) 体型的にハビビ選手は比上肢長, 比下肢長が大きく, 比胸囲, 比坐高は小さい。

トルコのアタライ選手は兼子選手に近い体型であるが、やや上肢長が長い。

アメリカのペリラ選手はハビビ選手に近い体型であるが、さらに上肢が長い。

5. ミドル級

イランのミドル級優勝者サバラバシ (写真 5) と永井選手を比較すると、次のようである。

1) サバラバシの身長は 183.6cm に対し、永井選手は 171.2cm で著しく劣っている。

2) サバラバシは特に上腕長, 前腕長が大きく上肢長では 9cm の大差がある。

3) サバラバシは大腿長, 下腿長がながく, 下肢長は特に 8.6cm の大差がある。

4) サバラバシの上腕最大囲 37.2cm, 最小囲 32.1cm で永井の 38.9cm, 34.6cm より小さい。しかし背筋力は 225 もある。

5) サバラバシのローラー指数は 128, 比体重

43.5は永井のローラー指数 156, 比体重45.5より低く, むしろ陸上競技選手の体型に近い。

6. ライト・ヘビー級

優勝者イランのタフチ(写真6)と川野を比較すると, 次のようである。

1) タフチ(イラン)の身長178.8cm, 体重88.5kgは川野の身長 175.8cm, 体重84.0kgより大きい。

2) タフチの前腕長は川野にくらべて 2cm, 上肢長は 2.1cm 長い。

3) タフチの下腿長は川野の下腿長より1.6cm長い。下肢長は3.1cm長い。したがって前胴長は永井の方が 2.2cm 長い。

4) 上腕, 前腕および大腿などの最大囲は両者においてあまり差がない。

5) 皮脂厚は差がない。ローラー指数, 比体重比上肢長はタフチの方が充実している。比下肢長はタフチが大きい。

トルコのグンゴール(第3位)はタフチに似た体型であるが, 上肢と下肢がタフチより短い。皮脂厚はあつい。

アメリカのブランド(第4位)は身長が197.7cmで著しく高い。ローラー指数は 117 で小さく, 日

本のバスケット選手のセンターに近い体型で, 比体重, 比胸囲, 比坐高が小さい。四肢は著しく長い。

Ⅱ. グレコ・ローマン型

1. バンタム級

世界選手権で 1 位となったソ連のカラバエフ(写真7)と市口の体型を比較すると, 次のようである。

1) カラバエフの身長は156.8cmで市口の160.5cmより 2.7cm 低い。

2) 胸郭, 上肢, 下肢すべてにおいてカラバエフより市口の方がわずかに大きい。

3) カラバエフの体型指数をみるとローラー指数, 比体重, 比胸囲, 比坐高ともに市口より大きい。比上肢長, 比下肢長は市口より小さい。

ラヤビ(4位), オスデン(6位)も市口とほとんど同体型である。

2. ライト級

世界選手権で 1 位となったコリーゼ選手と日本の北村選手の体型を比較すると, 次のようである。

1) コリーゼは身長166.5cmで北村の163.2cm

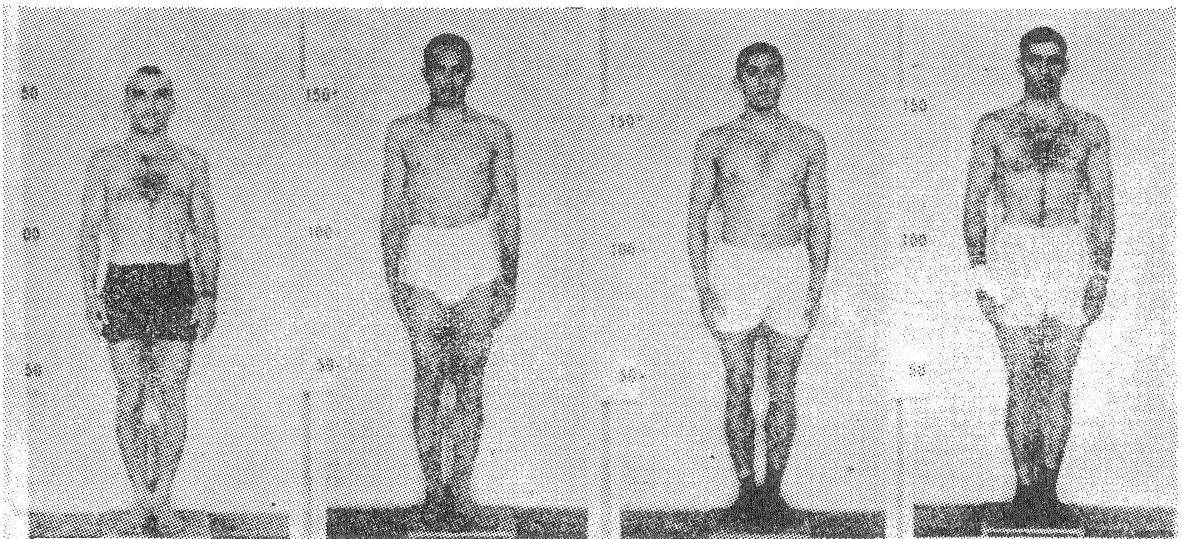


写真1 フリー・スタイル・フライ級第2位ソルタニナジャド(イラン)

写真2 フリー・スタイル・バンタム級優勝サフプール(イラン)

写真3 フリー・スタイル・ライト級優勝サナトカラン(イラン)

写真4 フリー・スタイル・ウェルター級優勝ハビビ(イラン)

より3.3cm大きい。

2) コリーゼの大腿長は北村より3.7cmながい。下肢長もながく、したがって胴長は3.4cm短い。

3) コリーゼは上腕囲がやや大きい、下肢の周径は北村の方が発達している。

4) 体型をみると北村のローラー指数は169で比体重、比胸囲も大きすぎ、やや動きがにぶくなるおそれが見られる。

トルコのドーガン(5位)、イランのエブラヒミアン(6位)は身長が北村より6~7cm高い。下肢長、上肢長が長い。

3. ミドル級

世界選手権1位のソ連ゼニンと青海選手を比較すると、次のようである。

1) ゼニンの身長は178.0cm、青海は173.4cmで4.6cmの差がある。

2) ゼニンは上腕長、前腕長、上肢長のどれもが青海より長い。大腿長、下肢長も長い。

3) ゼニンの上腕最大囲は35.2cmで青海より3cm小さい。皮脂厚は青海14mmでゼニンより大きい。

4) ゼニンの最大大腿囲は58cm、最大下腿囲

は41.3cmでよく発達している。

トルコのベイラックはやや小柄であるが、四肢は青海より長い。

4. ヘビー級

世界選手権1位となったソ連のボグダン(写真8)と日本の重岡選手を比較すると、次のようである。

1) ボグダンの身長は185cm、重岡は176.8cmで、8.2cmの差がある。体重は17kg、胸囲10.8cmの大差がある。

2) ボグダンの手長、上腕長、上肢長も重岡より長い。特に大腿長、下腿長に差があり、下肢長で6.4cmの大差がある。

3) ボグダンの最大上腕囲41cm、大腿最大囲65.4cmは著しく発達している。

4) 体型的にローラー指数は両者ともに172でほぼ等しいが、ボグダンの比体重は59.8で大きい。比上肢長はボグダンの方が小さい。比下肢長はボグダンが著しく大きい。

Ⅲ. む す び

アマチュア・レスリング世界選手権大会に出場

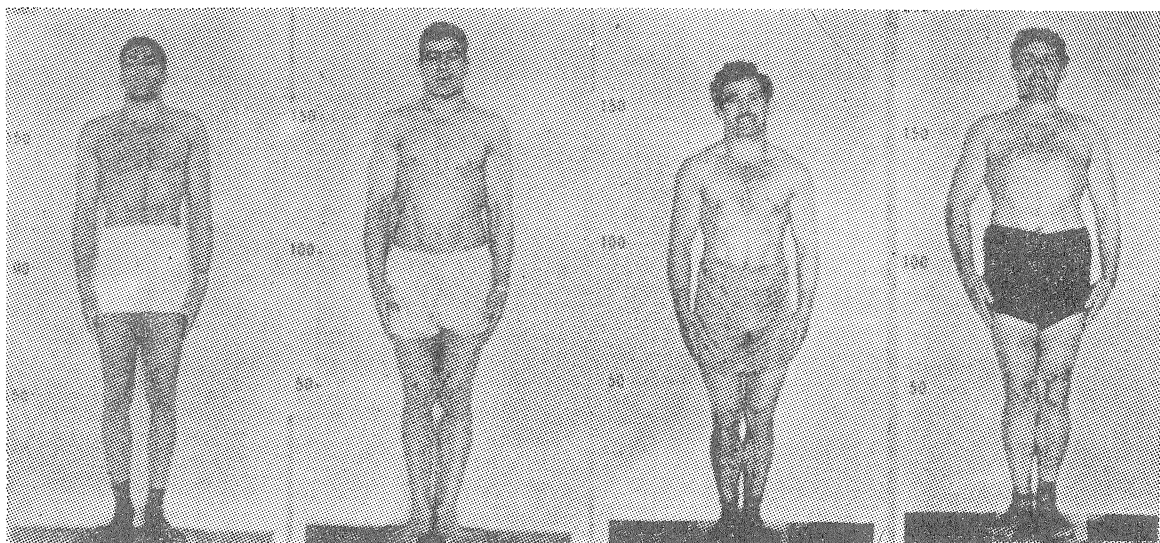


写真5 フリー・スタイル・ミドル級優勝サババシ(イラン)

写真6 フリー・スタイル・ライト・ヘビー級優勝タフチ(イラン)

写真7 グレコ・ローマン・バンタム級カラバエフ(ソ連)

写真8 グレコ・ローマン・ヘビー級ボグダン(ソ連)

したイラン選手14名、ソ連選手10名、トルコ選手17名、アメリカ選手12名について身体計測を行なった。フリー・スタイルで優勝または2位をしめたイラン選手6名、グレコ・ローマン型で優勝したソ連選手4名を中心として、ローマ大会に出場した日本選手を対照として比較した結果は次のようである。

1. フリー・スタイルで優勝したイラン選手は日本選手に比較して身長が高い。上肢長、下肢長が長い、胴は短い。

巾育はあまり違わない。上腕囲は日本選手の方が大きいことが多い。

体型からみると日本選手のズングリ、短脚長胴型に対して、長脚短胴型である。

バンタム級優勝者サフプール、ライト級優勝者サナトカラン、ミドル級優勝者サバラバンなどの体型は日本人のレスリング選手の体型と非常に違い、トレーニングのすすんだ陸上競技選手に近い体型である。

トルコ選手は短頭型(蒙古型)で体的には非常に日本人に似ている。ただ、上肢がやや長い。アメリカ選手は四肢がさらに長く、ライト・ヘビー級のブランド選手は、バスケット選手のような体型を示している。

2. グレコ・ローマン型ではソ連選手が優勢であった。バンタム級優勝者カラバエフは身長わずかに156.8cmで日本選手より低い。胸郭、上肢、下肢も小さいが、トレーニングのすすんだ体型である。

ソ連選手は日本選手より下肢は長い、上肢はそれほど差がない。

ライト級、ミドル級、ヘビー級と体重の増加につれて日本選手のトレーニング不足が目立ち、特に脂肪が付きすぎている。優勝者ミドル級ゼニン、ヘビー級ボグダンと比較すると体的に著しく日本選手は劣り、ほとんど勝てる見込みはない。

以上からみて、日本はフライ、バンタム級の軽量級では体的にあまり差はみられないが、ミドル級以上からはトレーニングの差がはっきりみられ、ヘビー級では体型の劣位が著しい。

イランが5つの金メダルをとったのは体格からみて基礎体力の充実が考えられ、コシテイ(日本の相撲に似たもの)が基本トレーニングとなっているものと思われる。また、主食は米であるが、ヨーグルトや羊肉、タマネギを多食することは彼らの筋力をつくるのに役立っていると思われる。

ソ連のグレコ・ローマン型におけるスタミナはソ連独特の基礎体力の充実の重視によるものであり、体的にもむだのない筋肉体型としてはっきりあらわれている。

米国のスピーディな動きは、アメリカ選手の陸上競技型の体型によるものと思われる。日本のレスリング選手といえば相撲や柔道型の選手が多いが、強烈なタックル、敏しょう性、スタミナの必要性から考え、今後選手の体型も重視する必要がある。

日本の軽量級は体格では劣らない。トレーニングによっては最も有望である。中量級以上、特に重量級の選手は基礎体力の充実、ダッシュ、スタミナを頭においてトレーニングを行なわなければまず今後の試合に勝味は少ないと思われる。

世界レスリング選手権大会に出場した

優秀な外国選手の体勢について

スポーツ科学研究委員 白井伊三郎

優秀なレスリング選手の体勢の特異性を明らかにすることは、この種競技選手の強化対策上最も重要なことの1つであると考えられる。

幸いわれわれは体協のスポーツ科学研究所が昭和36年6月に日本(横浜市日吉の慶大記念館)で開催せられた世界選手権大会に出場したソ連、イラン、トルコ、アメリカ等4カ国の選手の基礎体力

を測定した機会にその一部を担当して、これら選手の体勢諸要素を測定することができたので、その結果にもとづいて上記の問題に対する考察を試みようとするのである。

I. 体勢の測定とその整理

第1表 世界選手権大会入賞者の体勢

階級	順位	国名	選手名	身長 (cm)	体重 (kg)	胸囲 (cm)	坐高 (cm)	上腕囲(cm)		肺活量 (c.c.)	背筋力 (kg)	握力(kg)				
								伸	屈			右	左	左右 平均		
フリー・スタイル	フライ	1	ソ連	アリエフ	153.2	60.5	91.3	82.5	28.0	33.8	4040	160	52.0	49.0	50.5	
		2	イラン	ソルタニナジャド	155.7	54.4	92.0	83.8	26.6	30.0	3760	160	46.0	43.5	44.8	
		3	トルコ	ヤニルマス	156.6	54.0	88.5	85.2	26.2	29.6	3720	145	37.5	45.0	41.3	
	バンタム	1	イラン	サフプール	165.5	58.1	94.0	84.8	26.9	31.7	3220	200	50.0	49.5	49.8	
		3	トルコ	アクバッシュ	162.5	63.1	91.5	88.6	25.5	30.5	3480	150	48.0	48.0	48.0	
	フェザー	1	ソ連	ルバシュビリ	165.9	68.0	97.0	89.5	28.9	34.0	4600	185	53.0	50.0	51.5	
		3	イラン	タバクル	168.1	63.1	89.2	88.8	28.2	32.2	3240	150	50.5	49.5	50.0	
	ウェルター	ライト	1	イラン	サナトガラン	171.4	68.0	100.0	90.8	28.7	33.1	4540	150	45.0	41.0	43.0
		ミドル	1	イラン	ハビビ	173.7	73.9	98.2	92.9	29.9	34.7	4260	170	50.0	49.5	49.8
			1	イラン	サバラバシ	183.6	79.8	105.5	94.9	32.0	37.5	5120	225	64.0	58.0	61.0
ライトヘビー		1	イラン	タフチ	178.8	88.5	107.9	93.5	33.3	38.5	6320	225	67.5	57.0	62.3	
		2	トルコ	グンゴール	177.0	88.9	107.0	97.1	32.0	38.0	5520	170	50.0	49.5	49.8	
ヘビー		3	トルコ	カブラン	188.6	103.4	108.2	102.5	34.2	39.8	6300	180	63.0	64.0	63.5	
		1	ソ連	イアドフ	156.8	57.0	92.0	84.6	26.0	30.5	3860	150	41.5	38.0	39.8	
グレコ・ローマン	フライ	3	トルコ	ボズクルト	159.0	55.6	89.0	85.5	27.3	32.6	4240	167	45.5	46.0	45.8	
		2	トルコ	イルマズ	166.5	64.2	99.0	88.5	28.5	33.6	4640	170	51.0	58.0	54.5	
	フェザー	3	イラン	グリシエカニ	168.1	64.4	93.5	87.4	28.8	33.5	4380	155	53.0	39.0	46.0	
		1	ソ連	コリーゼ	166.5	73.0	101.0	89.4	30.1	36.1	4700	200	53.5	51.0	52.3	
	ウェルター	3	トルコ	ドガン	176.5	75.5	99.2	94.0	29.8	34.6	5340	180	58.0	59.5	58.8	
		1	ソ連	ゼニン	178.0	85.0	105.0	95.2	30.3	35.4	6800	185	63.0	56.0	59.5	
	ミドル	3	トルコ	セレクマン	181.0	81.6	104.7	98.7	32.4	38.1	5320	205	61.0	56.0	58.5	
		1	ソ連	ボグダン	185.5	111.0	117.5	97.7	35.5	42.3	5940	215	69.0	50.0	59.5	
ヘビー	2	トルコ	カブラン	188.6	103.4	128.2	102.5	34.2	39.8	6300	180	63.0	64.0	63.5		

この考察の対象となったレスリング選手は、従来も優秀な成績をあげており、今回の大会でも優勝候補とみなされているソ連、イラン、トルコ、アメリカ等4カ国の選手53名であり、これら選手の体勢は大会前（ソ連選手のみは大会後）その宿舎において測定した。

測定項目は従来体力標尺として最も普遍的に測定せられている身長、体重、胸囲、坐高、上腕囲、肺活量、背筋力、握力等であったが、これら項目の中の形態的諸測定値は共同研究者横堀等の測定したものを使用した。

また、これら体勢諸要素は白井がさきに報告した体勢図に描記してこれを比較検討した。

なお、この体勢図というのは選手の形態的諸測定値と機能的諸測定値とを組み合わせてこれを一相関図表上の坐標にとり、これら体勢諸要素の測定絶対値とその均衡状態を大観するのに都合よくしたものである。

すなわち、相関図表の縦軸上に身長、坐高、胸囲、背筋力、横軸上に体重、上腕囲、肺活量、握力ととり、それぞれ身長と体重、2倍の坐高と上腕囲(屈位)、2倍の胸囲と肺活量、背筋力と握力(左右平均)、の相関点よりなる四辺形をもって体勢をあらわしたものであり、この図形の図表上に

おける位置は体勢の量的方面を、また、その面積並びに形状は体勢の質的方面を表示するのである。

II. 測定の結果並びにその考察

1. 世界選手権を獲得した選手の体勢

第1表は今度の世界選手権大会で入賞した選手の体勢を示したものであるが、このうちフリー・スタイル競技に優勝した選手の体勢は次の第1、第2図に示すごとくである。

ライト及びウェルター級の両優勝選手を除けばいずれも幅厚や筋力の著しく発達した典型的な筋力型の体勢を示していた。

すなわち、軽量級の選手は日本の重量挙げの選手重量級の選手は日本の投げき選手に似た体勢を示していたのである。

ただ、バンタム級の優勝者サフプール選手は、他の選手に比べて筋力が著しく発達していたにもかかわらず、肺活量が比較的小さかった。

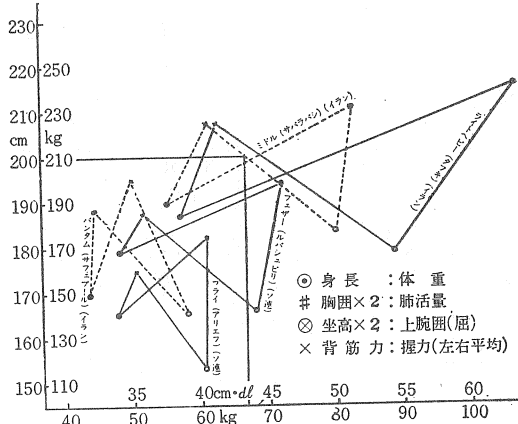
このことはレスリング競技には持久力よりもむしろ筋力が要求されることを物語るものごとくであるが、第2図に示すライト級の優勝者サナトカラン選手とウェルター級の優勝者ハビビ選手は

幅厚育はよく発達しているが、筋力の比較的貧弱な幅厚型に近い体勢を示しており、レスリング競技は必ずしも筋力の発達を必要とせず、身体の巧みな動きと技によっても優勝できることを推定せしめる特殊な体勢型を示していた。

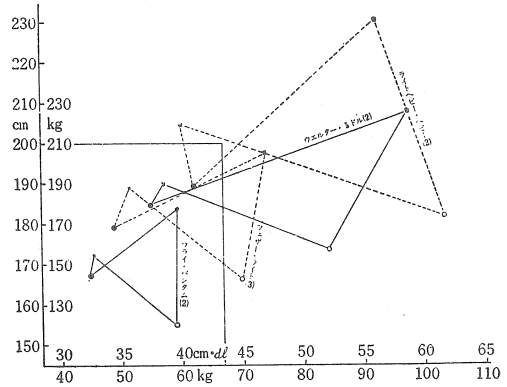
このことは一見矛盾するようではあるが、レスリング競技には幅厚育や筋力の発達したものが適

するが、さらに身体の巧みな動きと技の優れていることも必要であることを教えるものではなからうか。

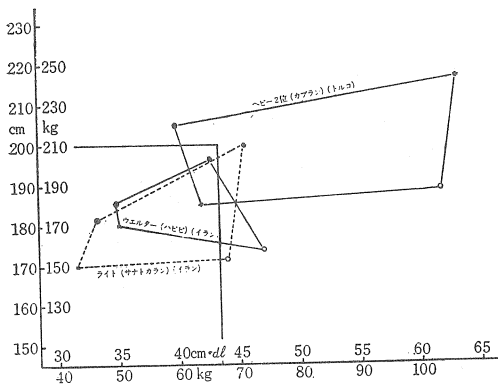
なお、ヘビー級で2位に入賞したカプラン選手の体勢も典型的な幅厚型を示しているので、この選手も筋力的な競技によってではなく恵まれた量的に大きい身体の巧みな動きと技によって入賞し



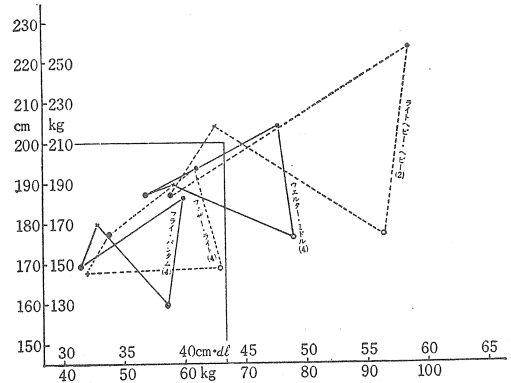
第1図 フリー・スタイル優勝者の体勢



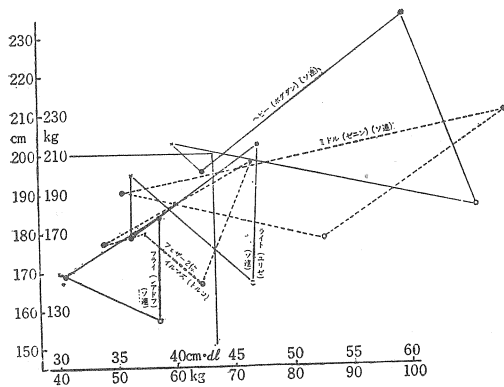
第4図 ソ連選手の体勢



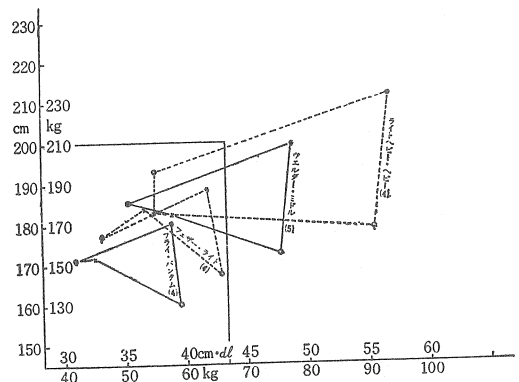
第2図 フリー・スタイル優勝者及び2位の体勢



第5図イラン選手の体勢



第3図 グレコ・ローマン優勝者(1名2位)の体勢



第6図 トルコ選手の体勢

たものとする。

第2表 世界各国の優秀なレスリング選手の体勢

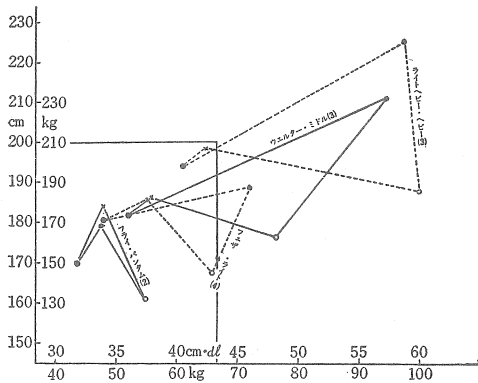
このようにフリー・スタイルで優勝した選手は必ずしも典型的な筋力型の体勢を示すものばかりではなかったが、7名中5名までが筋力型の体勢を示していたことは十分注目に値することであり、しかもこのような体勢は合理的な栄養の裏づけさえあれば、筋力的あるいは速度的な練習やウエイト・トレーニング等によって比較的容易に練

	測定人員	身長 (cm)	体重 (kg)	胸囲 (cm)	坐高 (cm)	上腕囲 (cm)		肺活量 (cc)	背筋力 (kg)	握力左右平均 (kg)	
						伸	屈				
フバン ラタム イム 級	ソ連	2	155.0	58.8	91.7	83.6	27.0	32.2	3950	155	45.2
	イラン	4	159.9	57.1	93.3	84.8	27.2	31.4	3985	170	45.7
	トルコ	4	160.1	59.1	90.2	85.8	26.3	30.9	3880	154	45.0
	アメリカ	2	161.0	54.7	89.6	85.0	26.5	31.7	3370	178	47.8
フレイ ザイ ト 級	日	5	161.2	58.3	90.2	89.2	29.4	33.8	4336	142	42.5
	本	4	158.9	56.3	91.0	86.8	28.2	32.2	4295	171	44.1
	ソ連	3	166.3	69.7	98.7	89.7	29.0	34.3	4680	188	51.3
	イラン	4	168.9	65.9	96.7	88.6	28.5	33.7	4095	146	43.9
ウミ ニ ド タ ル 級	ソ連	2	173.8	84.0	103.9	92.4	33.2	37.3	5860	190	56.8
	イラン	4	176.3	77.9	101.8	93.6	31.5	36.8	4770	189	58.1
	トルコ	5	172.5	75.5	99.7	92.8	30.2	35.3	4872	175	57.9
	アメリカ	3	176.0	76.2	105.4	90.8	30.9	35.9	5727	182	55.8
ライ ビー ト 級	日	4	171.2	76.5	103.0	95.1	32.6	37.8	5060	188	55.2
	本	4	170.5	76.3	102.6	91.3	30.4	36.4	4945	198	51.7
	ソ連	2	181.8	103.0	115.2	94.4	34.5	40.7	5590	220	58.8
	イラン	2	176.9	92.8	111.7	93.4	33.2	38.8	5850	218	65.2
ヘビー ト 級	トルコ	4	178.8	90.9	105.8	96.6	32.1	37.5	5680	176	54.8
	アメリカ	3	187.3	99.8	112.5	96.9	34.0	40.4	5870	207	64.7
	日	3	173.8	89.6	105.8	96.1	36.0	39.4	5063	187	60.3
	本	4	175.3	88.9	108.3	93.0	34.8	41.8	4965	190	58.5

成することができることも十分考慮に値することと考える。

またグレコ・ローマンの優勝者については、フェザー級モスタファア(アラブ連合)、ウェルター級ブラルカ(ルーマニア)、ライト・ヘビー級グリス(ハンガリー)選手を測定することができなかつたのでフライ、ライト、ミドル、ヘビー級のソ連選手4名を測定し得たにすぎなかつたが、その体勢は第3図に示すごとくである。

4名中3名までが大体においてフリー・スタイルの選手によく似た筋力型の体勢を示していたがミドル級のゼニン選手のみは幅厚育や肺活量のよく発達した筋力型に近い持久型の体勢を示してい



第7図 アメリカ選手の体勢

た。

したがって、グレコ・ローマンにおいてはスタミナも重要な要素として考えて置かなければならないのではなからうか。

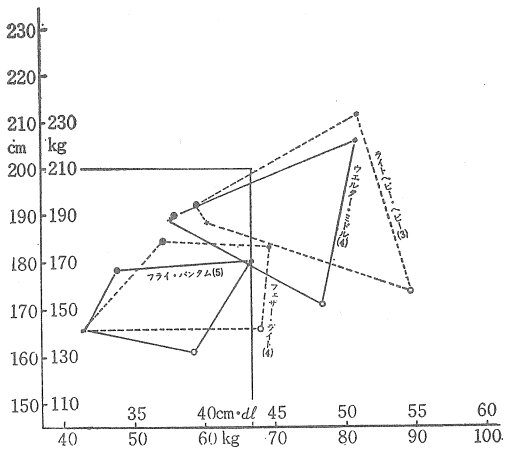
2. 各国レスリング選手の体勢の比較

今回の世界レスリング選手権大会に出場した各国選手は、いずれもレスリング競技を最も有効に遂行するために都合のよい体勢を有するものばかりであるので、大体においてよく似た体勢型を示していたことはいうまでもないが、国によって選手の遺伝的素質と鍛練方法を異にするので多少異なった体勢を示しても差支えないはずである。

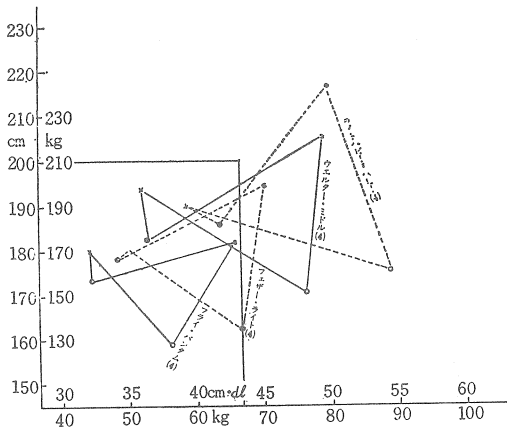
すなわち、第2表並びに第4～7図に示すごとくである。

全般的に見て、ソ連選手の体勢はいずれも幅厚育や筋力の著しく発達した典型的な筋力型の体勢を示していたが、イランの中量級の選手は幅厚育はよく発達しているが、筋力のやや劣る筋力型ないし幅厚型の体勢を示しており、全般的に身長がやや大であった。

また、優勝者こそ出さなかつたが、多くの入賞者を出して総合団体得点でソ連に次ぐ成績をあげたトルコ選手の体勢は、一般に量的に比較的小さかつたばかりでなく、幅厚育も筋力もそれほど発



第8図 アジア大会出場日本選手の体勢



第9図 ローマ・オリンピック出場日本選手の体勢

達していない筋力型あるいはそれに近い体勢を示しており、重量級の選手のごときは典型的な幅厚型の体勢を示していた。

このことは、身体の巧みな動きと技に重点をおいて練成した選手の限界を暗示するのではなからうか。

さらに総合団体で日本より1階級上の第6位になったアメリカ選手の体勢も筋力型の体勢を示しているが、身長が大きく幅厚育や筋力がそれほど発達していないので、このような成績しか得られなかったのではなからうか。

なお、日本選手で先年東京で開催されたアジア大会に出場した選手と昨年のローマ・オリンピックに出場した選手の体勢を示すと、第8、第9図

に示すごとくである。

両者の間にかなりな差異が見られる。

すなわち、アジア大会に出場した軽量級の選手は幅厚育はかなり発達しているが、筋力の貧弱な幅厚型の体勢を示しているのに、ローマ・オリンピックに出場した選手は幅厚育も筋力も比較的良好に発達した筋力型の体勢を示しているのである。

また、重量級の選手も後者の方が筋力がよく発達していた。しかし日本のヘビー級の選手は優秀な外国選手に比べて体勢が量的に小さいので、それを利用することもできないし、筋力や肺活量も比較的貧弱なので、よい成績を期待するためには選手の選抜と鍛練にさらに一層の努力を必要とするが、ローマ・オリンピックに出場した軽量級並びに中量級の選手は筋力特に握力が強化されればソ連やイランの選手に匹敵するような体勢を示しているので、十分期待してよいのではないかと考える。

Ⅲ. 総括

レスリング選手に最も適する体勢型を探究するために、本年日本で行なわれた世界レスリング大会に出場した優秀な選手の体勢を測定して大要次のごとき結果を得た。

1. 世界選手権を獲得した選手の多くは幅厚育や筋力の著しく発達した典型的な筋力型の体勢を示したが、一部に幅厚型ないし持久型に近い体勢を示す者もみられた。

このことは、レスリング競技には幅厚育や筋力のよく発達した選手が適するが、さらに巧み性や技の優れていることやスタミナのあることも必要であることを教えるものと考えられる。

2. ソ連選手は各級選手とも典型的な筋力型の体勢を示していたが、イランの中量級の選手は筋力が貧弱であり、トルコ及びアメリカ選手は幅厚育や筋力がやや劣っていた。

3. 日本のヘビー級の選手は体勢が量的に劣っているばかりでなく、筋力や肺活量も比較的貧弱であったが、ローマ・オリンピックに出場した軽・中量級の選手は筋力特に握力をもう少し強化すれば、外国の一流選手に匹敵するような体勢になると考える。

