

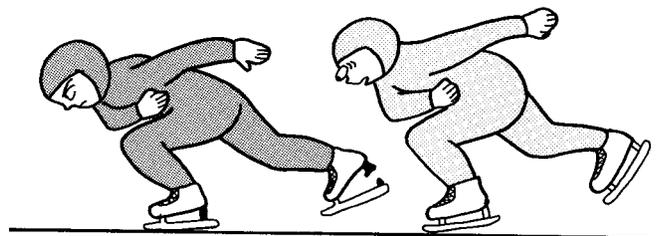
スラップスケートが生理学的パラメータと競技成績とに及ぼす影響

研究代表者 日本女子体育大学 根本 勇
解 説 佐藤 祐造

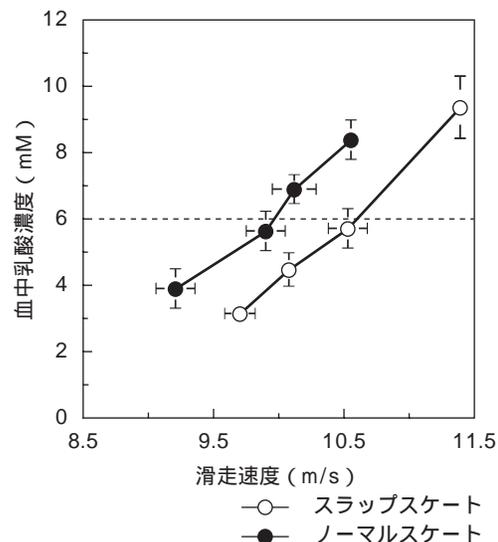
著者らは本研究において「スラップスケート(SS)」速度漸増滑走中の生理学的パラメータの動態を「ノーマルスケート(CS)」と比較しました。また、「SS」滑走直後の血中乳酸濃度と競技成績との関連について検討を加えました。さらに、「SS」滑走中の下肢筋群の筋酸素動態を夏季トレーニング手段としての「スラップローラー(SR)」および「スライドボード(SB)」と比較しました。

その結果、1)滑走中の血中乳酸濃度が「CS」に比較して低く、「SS」による走行がより持久力が高くなるという事実を見出し、「SS」の有効性を生理学的に証明しました。また、2)「SS」短距離種目では無酸素性運動能力の向上が重要であり、中距離種目では有酸素運動能力が重要であるという結果を得ています。さらに、3)下肢筋群の筋酸素動態も解析しました。

最近、スピードスケート競技に使用されるようになった「SS」について種々解析を加えた大変興味ある論文とします。



スラップスケートはノーマルスケートより滑走中の血中乳酸濃度が低くなる。



スラップスケートとノーマルスケート滑走中の血中乳酸濃度の比較