

ほかの競技では
味わえない
「飛ぶ」感覚

屋外競技 雪上

WINTER SPORTS

美しく遠くへ飛べ! スキージャンプ

専用のスキー板でジャンプ台をすべり降り、ふみ切り台から空中に飛び出す。いかに美しく飛ぶことができるか、空中でのフォームと着地の姿勢を競う「飛型点」と、飛んだ距離を示す「飛距離点」の合計点で争う。大倉山ジャンプ競技場では真横から観ることができ、飛び出す音やユニフォームが羽ばたく音、選手の声まで聞こえる。



時速100kmを
こえるスピードで、
0.01秒を争うことも!

スリリングな高速レース! アルペンスキー

コースに並べられた旗門を通過しながら、斜面をいかに速くすべり降りるかを競う。スキーのエッジをほぼ直角に立ててコーナーをすべる。ターンのキレやスピードに注目! 急な斜面で細かいターンが求められるコースや、長い距離で大中小のカーブを規則正しくターンすることが求められるコースなど、いくつかの種目がある。



射撃では
50m先の
小さな的をねらうよ

「動」と「静」で勝負! バイアスロン

ライフル銃を背負ってクロスカンリースキーですべり、その途中で射撃をする競技。50m先にある的の大きさは、うつぶせて撃つので直径4.5cm、立って撃つので11.5cm。すべる速さと、射撃の正確さを競う。スキーで激しく体を動かした直後に、短時間で呼吸を整え、速く正確に的に当たるための集中力が必要。



雪上のマラソン! クロスカンリースキー

雪の野山をかけ回るために生まれたスキーの原点ともいえる競技。スキーをはいて走るようにすべるので、「雪上のマラソン」ともいわれる。登り坂や下り坂、平地など自然に近い地形で、スケート技術のほか、体力や相手とのかけひきも重要。その日の雪の状態に合ったスキー用ワックスを使えるかも、勝負の分かれ目となる。



マラソンのような
かけ引きが見所!

雪のこぶにいでま! フリースタイルスキー(モーグル)

「雪上のこぶ」を意味するモーグル。こぶのある急斜面をすべり降りながら、2カ所でエアトリックと呼ばれる空中での技を行う。ターンの安定感と、エアトリックの完成度、タイムの速さの合計点数で競う。やわらかなひざ使いで、なめらかに正確にこぶをすべり降りると高得点がもらえる。約250mのコースを、20秒台でのゴールを目指す。

こぶをすべる、
やわらかいひざの動きに注目!



アクロバティックな
演技で盛り上がるよ

ダイナミックに宙をまわら スノーボード(ハーフパイプ)

パイプを半分にカットしたような斜面をすべりながら、雪の壁を使ってジャンプや3D、宙返りなどの技を行う。ジャンプの高さと技の難易度を競う。ジャンプの高さが5m以上になることもあり、たて回転や横回転、空中技などダイナミックな演技が魅力。技が失敗すると減点され、スピードも落ちるため、次の技につなげにくくなる。



屋内競技 氷上

札幌で楽しめる
冬のスポーツ



冬は氷点下の寒い日が続き、年間の降雪量が約60cmにもなる札幌は、ウィンタースポーツを楽しむのにぴったりの場所! 小学校でスキーマスターの授業があるのも、雪がたつぷり降り積もる地域ならではの楽しみだ。
札幌ではスキーの他にも、スキージャンプやスノーボードなどの屋外競技、さらにスケートやカーリングなどの屋内競技と、数々のウィンタースポーツを楽しむことができるよ。どんな競技があるか、いっしょに見てみよう。



迫力のスピード感! スピードスケート

1周400mのスケートリンクで、どれだけ速いタイムですべることができるかを競う競技。1周ごとに内側と外側の選手が入れかわってすべる。難しいのは、スピードに乗りながらコーナーを曲がること。スケートや曲がる動きなど、スキーと似ている動作もあるので、スキー経験者にはなじみやすい競技の1つ。



スキーの動きに
似ているところもあるよ

美しさを競う! フィギュアスケート

スケートリンクの上で、決められた時間の中で、ステップ、スピン、ジャンプなどの技を組み合わせて、音楽に合わせて演技をする競技。技の難易度や、ふり付け、表現力などの得点で、順位を競う。年々レベルが上がっている技は、ダイナミックではなやか。また、音楽や衣装、ふり付け、選手の表情などの表現力にも注目。



パックのスピードが
時速160kmを
こえることも!

氷上の格闘技! アイスホッケー

1チーム6人で、2チームで戦う。ゴム製の平たいパックを、スティックで相手のゴールネットへ打ちこむと得点になる。「氷上の格闘技」ともいわれ、激しい動きで体力を使うため、試合中はいつでも、何回でも選手を交代できる。常に速いスピードでの試合が展開される。大迫力の激しいぶつかり合いが見所の1つ。



氷上のチェス! カーリング

1チーム4人で、2チームで対戦。約40m先のハウスと呼ばれる円の中に、ストーン(石)をすべらせて、円の中心にいかに近づけられるかを競う。相手のストーンをはじき出したり、味方のストーンを相手から守ったりと、相手の戦略を探りながら競技することから、「氷上のチェス」ともいわれる。



こするの、
ストーンをより
すべらせるためだよ

今回、取材に協力してくれたのは...

札幌オリンピックミュージアム
札幌市中央区宮の森1274番地
(大倉山ジャンプ競技場内)

冬季オリンピックやウィンタースポーツについてくわしく知ることができる施設。スキージャンプやクロスカンリースキー、スピードスケート、アイスホッケーなど競技体験のできるコーナーが人気だよ。ぜひ訪れてみてね!

札幌オリンピックミュージアム 検索



ウィンタースポーツの魅力を知らう!

みんなは、冬のスポーツと聞くと何を思い浮かべるかな? 今回は、雪や寒さを利用してできる札幌の冬ならではのウィンタースポーツの魅力を紹介するよ。

