

空道無門

KUDOMUMON VOL.5

かつて、大道塾専門誌として発行されていた雑誌「大道無門」。情報の発信がウェブ中心に行われる時代となったことで、数年前にその役割を終えましたが…。「やっぱり紙で、大道塾や空道の企画記事を残して欲しい」というリクエストが多く寄せられたことで、こじんまり復活! 毎年2回、春・秋に発行される全日本大会パンフレット内にて、掲載いたします。

2015 全日本無差別大会 展望 エース加藤久輝の不在が生み出す一大テーマ。 野村が投げで圧勝するか? 打撃は階級の壁を越えられるのか?

【総論】

今大会のテーマは柔道vs空手! 空道競技において、こんなことを述べたら、暴論だろうか。しかし、今大会、春・秋連覇を懸ける体力指数306(188センチ・118キロ)の野村幸汰と対した場合、体力指数276以下の選手は、ルール上、組んだら打撃禁止・投げ技と寝技のみOKのルールで闘わねばならないのだ。体力指数276超の選手は野村以外に2名しか出場していないから、事実上、野村の試合は、ほぼすべてが組んでの打撃が禁止のルールとなる(念のために説明しておく、片方の選手が組んだ時点で「組んだ状態」とみなされるので、体力指数差が30以上ある場合、相手に掴まれたら、自分が相手を掴んでいないからといって、打撃を繰り出してはいけない)。安全面を考慮してのルールとはいえ、昨年柔道全日本選手権(無差別大会)ベスト16の実績をもつ野村に対し、「組んだらほぼ柔道」となるこのルールで闘うのはかなり酷だ。体力指数で野村に30以上劣る選手が野村に勝つ術があるとすれば、それは「距離を保ったまま、打撃を当てる」という手段に他ならないだろう。果たして、野村に掴ませず、打撃で翻弄、あるいは一撃で仕留める、牛若丸の如き軽・中量級選手は現れるだろうか? それとも、やはり、野村が怒涛の投げ→寝技で圧勝するのか? というわけで、今大会のテーマは組み技vs打撃。イメージ的にいえば、柔道vs空手なのだ。いや、むしろ、これは空道だからこそ成し得るテーマだといってよいだろう。空道を含め、武道スポーツの国際競技化が進むなかで、武道本来の無差別大会というものは、もはや我が国固有のドメスティックなお祭りのイベントとなりつつある。ならば、階級別大会とは別の視点で、異種格闘技戦的なアティテュードにロマンを求めてもよいだろう。清水亮汰や目黒雄太が奇跡を起こすか? それとも、野村が「強すぎるスーパーヒーロー」の立場を確立するのか? 日本のエース的存在である加藤久輝が無着衣総合格闘技の技術研修(11月20日にアメリカのMMA大会「ベラトール」でメルヴィン・マヌーフと対戦)のため欠場する今大会だが、興味は尽きない。



■清水亮汰



■野村幸汰

【各ブロック展望】

男子Aブロック.....

順当にいけば、-230クラスで2013年全日本準優勝、2014年世界選手権第3位、2015年全日本優勝と着実に戦績をあげてきた目黒雄太(①)がこのブロックを駆け上がる。しかし、脅威の53歳、明鏡止水の組手スタイルをみせる渡辺慎二や、東北地区屈指のハードパンチャー阿部宏信(②右)も侮れない存在。ダークホース的存在は、春の体力別大会-240クラスで優勝候補だった國枝厚志に競り勝った小野竜治か。



男子Bブロック

ー240クラスで、昨年世界選手権U19準優勝を遂げ、今春初めて一般カテゴリーにエントリーするや、全日本優勝を果たした川下義人(③)。10月にはウランバートルで開催された国際大会「第1回空道アジアカップ」でも優勝を遂げ、波に乗っている。対抗馬となるのは、過去全日本準優勝1回、世界選手権出場、MMAでプロのキャリアももつ田中洋輔(④)か。ムエタイスタイルの國枝厚志(⑤)が追走する。



男子Cブロック

世界選手権-250クラスで準優勝を遂げたスーパールーキー、清水亮汰(⑥)。10代とは思えない冷静な闘いぶり、ハイキックのキレ、天性の勘が活きた投げ…と様々な面が驚異的だった。今春の体力別全日本をケガで欠場した彼が、20歳となって、どんな成長ぶりをみせるのか、期待が掛かるのだが。実は清水、10月のアジアカップ2回戦で、モンゴルの選手に3ポイント(有効&効果)を奪われ、敗れている。清水が欠場した今春の全日本-250クラスを制した加藤智亮(⑦)、その全日本決勝で、加藤と壮絶なポイントの奪い合いを展開した藤田隆(⑧左)、今春の全日本-260クラス王者・山田壮(⑨)、打撃・投げ・寝技すべての技がキレル杉浦宗憲(⑩)らの包囲網を突破できるのか? 寝技での一発逆転勝利が持ち味の佐々木一則(⑪)がトーナメントを引っ掻き回すこともありうる。



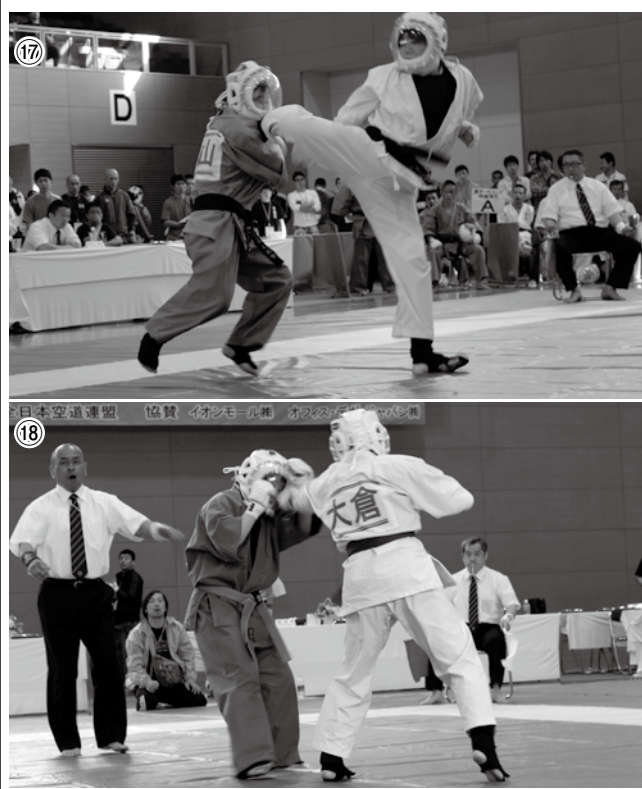
男子Dブロック

昨年の世界選手権270+クラス準優勝の野村幸汰(⑫)がこのブロックを制し、さらには、優勝を遂げる可能性が高い。フルコンタクト空手の下地を持ち、飯村健一門下でムエタイスタイルを習得し、パンチャーでもある加藤和徳(⑬左)や、立ち姿勢でセットしてから引き込んで極める独特の絞め技をもつ渡部秀一(⑭下)、もう一人の270+クラス世界選手権代表、腋の閉まったストレートパンチを放つ辻野浩平(⑮)らが、どんな戦略で野村の投げ技→寝技を崩しに掛かるか、楽しみだ。もう一人、注目すべきは、久々の戦線復帰を果たす清水和磨(⑯)。足関節技などの飛び道具をもつ清水は、初戦を勝てば、2回戦で野村と当たる。ベテランの意地をみせるか?



女子

今春の全日本、10月のアジアカップを制して波に乗る今野杏夏(⑰)が本命。柔道で東海大学のチームメンバーとして全日本学生選手権3位の実績をもつ大谷美結が対抗か。テクニック的にはもっとも打撃・投げ・寝技のバランスが取れていると思われる大倉萌(⑱)が体格(身長155センチ)のハンデを覆して、無差別を制すれば、これもまた、ドラマとなる。姉である歩未・喜未に続く全日本制覇を狙う神山育未にも注目!



多田英史

Hideshi Tada

(別名:川保天骨)

飯村健一に勝ち北斗旗王者となり、
フォトグラファーを経て、
ロックバンドで海外公演。

実業家となり、大道塾に帰ってきた男



インタビューは、大道塾総本部談話スペースにて、プロデュース作品「ドラゴン魂」(オルタナティブリッシング発行、1800円+税)を傍らに

鋭いハイキックとストレートを武器に93年の全日本(クラス・240)決勝では飯村健一を制し、イベント「Wars」にも抜擢された多田英史。しかし、彼は、翌94年の全日本同階級決勝で飯村にリベンジされると、その後、姿を消した…。そんな彼が、最近、大道塾総本部で指導を行い、彼の会社が、空道連盟のホームページ制作を請け負っているという。いったい、空白の20年、何があったのか? 訊いてみた。

―― まずは現在45歳になる多田さんの生まれ育ち、大道塾入門の経緯から教えてください。

多田 生まれは福岡県…北九州の小倉です。

―― 血気盛んな印象のある地域ですね。

多田 カラ悪いです(苦笑)。すぐ喧嘩に巻き込まれる。東京に来てからは一回も喧嘩なんてしてないんですけど、九州だと巻き込まれて闘ったことも……。

―― 「ドラゴン魂」(多田氏が制作した、雑誌タイプの格闘技～サブカル書籍)の記事によると、中学生時代、路上でいきなりグループにケンカを仕掛けられたとか。

多田 5人に囲まれて。

―― で、やっつけたんですね。1対5で勝つことって、本当にあるんですね。そんな漫画の世界の話で、現実には同時に複数から攻撃されたら対応するのは無理なんじゃないかって思っていました。

多田 複数だと集団心理みたいなのが動いてるんで、自分が行かなくても誰か行ってくれるだろうっていう甘えがあって、それぞれが自分から殴りにいかないものなんです。

―― そういうものなんです。そもそも中学生時代は、何か武道とか格闘技を習っていたんですか?

多田 中2から中3まで、少林寺拳法をやりました。その頃「空手バカー代」を読んだ。あの漫画、他の格闘技と対戦するじゃないですか。外部のやつと闘うっていうロマンがあるじゃないですか。それで、異種格闘技みたいな闘いに憧れて、空手をやりたかったんですけど、通える範囲に極真とかなかったんで。少林寺はいっぱいあって、突き、蹴りがあるから空手みたいだなと思って。で、高校入ってからは柔道部に入りました。組み技を知っている方が有利だから、柔道はやっておかないとなっていたのがあって。

―― 柔道は高校3年間だけなんですね。

多田 3年間だけ。九州は柔道が盛んなので、高校の柔道部って、中学、小学校からやってるやつばかりじゃないですか。だから、なかなか勝てなかったんですけどね。

―― じゃあ、高校時代は柔道一筋に。

多田 いや、柔道も異種格闘技的なことをやるためにやってたわけで、柔道の練習が終わってからは、家の庭に吊るしたサンドバッグを蹴ったり、巻き藁を叩いたりしていましたね。あと、「野性の証明」とか「ランボー」とか見て、特殊部隊とかに憧れるんですね。最強じゃないですか。そういう訓練も高校時代してたんです。一人で山の中に入って、穴掘ったり、木切り倒したりして、潜伏してるわけですよ。

―― それは、ちょっと……。

多田 頭がおかしい(笑)。家の隣が崖で、真夜中に迷彩服来て登ってたんですよ。

―― 迷彩服着なくても、誰も狙われないでしょ(笑)。

多田 訓練ですから。でも、お袋に見つかって超恥ずかしかった(笑)。

―― なんて言われました?

多田 「やめなさい」って。

―― まあ、そうでしょうね。

多田 あと腹減らせたとか、わざと転げ落ちたり、火薬集めて爆弾作って爆破させたり。それも特殊部隊入るための自分なりの訓練ですよ。冬とかもTシャツでいたりして。

―― そこから、どう大道塾入門に結びつくんですか?

多田 「月刊空手道」をみて大道塾の存在を知ったんです。一番最初にみたのは、夏合宿の特集で、2回目は長田(賢一)先輩のタイでのラクチャートとの試合のリポート。あれが決定的になって。その頃、極真は競技化されて、競技を充実させるために世界大会とか、そっちの方へ向かっていて、大道塾は外に出て闘っているっていう事実がわかって「極真入ろうと思ってたけど大道塾だ!」と。で、とにかく高校出て、とにかく大東文化に入ろうと。

―― なぜ、大東文化大学に?

多田 大道塾の総本部に近いから。で、実際、3つの学部を受かったんですけど、親に

金出して貰うのが忍びなくて、新聞奨学生になって、2年間新聞配りながら学費払って。

―― 夜の稽古が終わってからは、新聞を配る時間に起きるのはキツかったでしょう?

多田 4時起きとか。それから学校行くでしょ。帰ってきてまた夕刊配って。それから稽古に行く。夜9時に稽古が終わって、寝て起きて……。その時に一生分の早起きしてるんで、今は自由にしてますけどね。寝たくなったら寝る(笑)。

―― 1988年当時の稽古はどんな感じ?

多田 東京に来て一週間ぐらいで道場に行って見学もせず「入門したいんですけど」、受付にいた有江(重勝)先輩に言ったんです。14から少林寺拳法やってるわけですね。頭のおかしいような、山駆け登ったりとか、腕立てとか、バーベルで筋力つけるとかもして。柔道部時代、サンドバッグも叩いてたし、打撃の組手も遊びでやってたんですよ。喧嘩とかもするわけじゃないですか。だから、俺、絶対チャンピオンになるなって思ってたんですよ。そしたら、白帯から青帯になる審査でポコポコにされて(笑)。痛いし、ショックでした。東京には強い奴がいっぱいいると思って。それから技術を磨いて、それ全部練習帳につけて。試合に勝った、負けた、それをまた、次の練習に反映させて……。

―― それで順調に強くなって?

多田 それか、入門して1年後の合宿で青木(伊之)先輩に投げられて左肩が外れて。それから東(孝)先生に袖釣込腰で投げられたり、市原(海樹)先輩にタックル切られたりする度、1か月ごとに、計10回か20回脱臼して。その頃は選手としてはもうダメだと。ジャブが打てなくなって、1～2年はサウスポースタイルに転向して闘っていたんです。その後、またオーソドックススタイルに戻したんですけど、スイッチ・ヒッター的に、動きがちよっと変わったスタイルになった。それで、飯村(健一)先輩みたいな正攻法のタイプとは、いい意味でうまくかみ合わずに変なパンチを当てることが出来たんです。

―― 怪我の功名ですね。多田さんといえば、急角度で打ち下ろすハイキックが印象に残っていますが、あれは誰に教わったんですか?

多田 今ってコーチとかついて色々教えてもらうじゃないですか。でも、あの頃って誰も教えてくれないですよ。自分で練習方法開発して。お互いミット持ち合ったりとか。結局、自分で全部発明する。

―― 当時、長田、加藤(清尚)、蛸島(巨)、市原、飯村……いろんな先輩がいましたけど、誰に教わったとか影響受けたとかは無いんですか?

多田 無いですね。研究は、市原先輩、高松(猛)先輩、牧野(杜樹)先輩らと、3部(～午後9:00)の稽古が終わった後にしていましたけど。

―― スタイル的にはどの方とも全然違いますね。

多田 影響は受けてないです。市原先輩みたいにできたら最強だろうなって思うけど、あんなことできないですよ(笑)。市原先輩のパンチもらった時もバットで殴られたみたいな感じになるんで、できるだけ関わらないようにした(笑)。

―― そうやって研鑽を重ねた結果、93年には全日本(クラス・240)を制するわけですね。

多田 飯村先輩、調子悪かったんじゃないですか。軸足にローが入って倒れたりとか。翌年は飯村先輩がかなりギンギンになって、リベンジされて。で、その後、タイのパタヤのリングでムエタイの試合したんだけど、負けちゃって。

―― ああ、その頃はグローブ競技ブームだったから、影響を受けて?

多田 違うんですよ。最初から俺は「空手バカー代」を読んで異種格闘技志向でこの道に入ったわけで、今だったらMMAとかあるけど、その頃、外で闘うべき相手ってムエタイぐらいしかなかったんです。グローブの技術がどうかじゃないんですよ。外に向かって闘う。だからこそ、いろんなところへ出られる対応力をもった大道塾に入ったんですから。

―― で、タイに乗り込んだ。

多田 95年に雑誌「フルコンタクトKARATE」の企画で、日泰5対5でやったんですよ。それでショックアウトされて、それがすごいショックで。それで先生に一応報告しない、と、思って。

— どうやって報告したんですか？

多田 悪いから電話で(笑)。「負けました」って言ったら「なにー？ 練習もしていないのにそんなの出るからだ」って。ホントは全日本の時よりも練習してたくらいなんですけど(苦笑)。「バンコクから日本に帰る時、もう帰りたくないですよ。飛行機落ちないかな、ぐらいの。」

— 全日本の時よりも練習したっていうのも、どうかと思いますけど(笑)。

多田 もちろん、それは言えなかったですけど。先生に「それは雑誌に出るのか」って言われて。「押忍。雑誌の企画なんで100%出ます」って(笑)。そしたら、先生が「このヤロー」と。それでこれはもうダメだって思って、辞めよう。その時は大学を卒業してカメラマンをやっていたんで、もう、ちゃんと仕事しよう。

— なぜ、フォトグラファーに？

多田 大学生の頃、道場でサンドバッグを蹴っていたら神田(勲)先輩が「多田君、明日バイトしない？」って言うんですよ。それがカメラ・アシスタントのバイトだったんですよ。それまで俺は大学卒業したら自衛隊第一空挺団……パラシュート部隊に入ろうと思ってたんですけど、神田先輩の現場に行くと考えが変わっちゃったんですよ。神田先輩がいなかったら今の仕事してないですよ。で、写真の世界でも、すぐに一番厳しいスタジオに入りました。その後、岩上(安身)先輩に「きちんと写真の学校を出とけ」って言われて、大学卒業してから写真専門学校行っただけで、なんの役にも立たなかったです。その時もうスタジオで働いていたんで、

— まあ、現場で覚えるに勝るものはないですよ。

多田 それが22、23歳の頃で、大道塾で優勝したりとかで自信もついてきているわけですけど、社会に出たら一番下っ端ですよ。アシスタントって人間の屑みたいな。

— フォトグラファーが撮るモデルの横でレフ板を持ったりとか、ああいう役割？

多田 ストロボ組み立てたり。「フィルム何枚目です」ってカウントしたりとか。犬畜生みたいな感じだったんですよ。「お前なんか絶対カメラマンになれないんだからな」とか言われて。絶対なってやるって。俺、末だにああいうスタジオ行ってああいう下っ端の人とか見ると優しくしてしまいますね。新聞配達の人にも。自分が悔しい思いをしたので。

— その生活が何年くらい続いたんですか？

多田 スタジオは1年か1年半ぐらいで、次はラッシュって編集プロダクション入って。それまではアシスタントだったのが自分で撮るし、色んな人に会うし、編集もなきゃいけないし、文章も書かされるし。デザイン以外はほとんどやりました。

— 何の雑誌なんですか？

多田 エロ本とかサブカル。朝、仕事場に行くとかビデオが積み上がってるですよ。「これ全部レビューして」って。「さくらんぼ通信」っていう雑誌で人の何百倍もエロビデオ見せられて。

— エロビデオにはもう飽き飽きという感じに？

多田 もう映像は観ないでタイトルから僕の妄想でレビューして、「パッケージ見たら内容がわかるじゃないですか。それを見て、何も考えずにウオーって。おかげで、今でも原稿書くの早いですよ。その時に何も考えずに文章書くって訓練してたんで(笑)。

“Solar Anus”、っていうえば、海外でも名前が通ってるんですよ。

— そこからどう、空道・大道塾に戻ってくるんですか？

多田 99年ぐらいに先生から電話掛けてきて。「おまえ、今どこにいるんだ？」って。「今、自宅で寝てます」って答えたら「平和台の焼肉屋にいるから来い」って言われて。行ったら高松先輩と先生とあとと久々に会って。その時、俺、髪の毛が腰まであって、先生も驚いてましたよ。何でこんなことに……って(苦笑)。

— 音楽活動で長くなってたんですね。

多田 バンドやるとなると髪が長くなるのかなと思ってたけど、自分がやったら本当に長くなって(笑)。

— なんで長くなるんですか？

多田 わかんない(笑)。反抗したいんじゃないですか、大人に。

— もう、30歳の大人じゃないですか(笑)。……で呼び出されて何を？

多田 その時、大道塾で雑誌(「大道無門」)を作ってたでしょ。そのカメラマンやれてこと。それからは、高松先輩が練馬支部を開くことになったときに、お手伝いをしてと思って、総本部に来て先生に「もう一回やりませう」って報告して。休会届けとか出さずに休んでいたから、その間の会費を一括で払って。それから練馬支部所属となって。

— そして今や、空道・大道塾のウェブサイトの運営と空道チャンネル(試合映像をDVD化し、オンデマンド販売するシステム)を任されている、と。

多田 それは仕事でつくったフォーマットがそのまま活かせるんで。

— すべてはバンド活動家から繋がってるんですね。人生、分らないものです。

多田 大道塾のHPも本部で運営できればいいんですけど、そういう体系が今無いんで。勿体ないですよ。ブランドがあるのに、それを強化していくスタッフが足りない。だから、大道塾、空道のブランド力を上げていく上での手伝いができたらいいな、と。自分自身でも面白いんですよ。組織が発展していく過程に携わるのって、面白そうじゃないですか。今後やろうとしているのはアーカイブで、全東北大会の1回大会からはじめて北斗旗の試合全部コンプリートしたDVD化もしくはダウンロードのシステム。どんだだけ売れるかわからないんですけど、コンプリートすること自体がブランド力になると思うんです。そんな団体無いでしょ。僕も見たらと思うんですよ。自分が出てる試合がどこにあるかわからないから見てみたいし。

— それは凄い！ ところで、今は総本部で指導もしてるんですよね？

多田 ええ、水曜日。山崎(進)君が出れない時に俺が出てるっていうかたちで。でも、指導なんて意味あるのかなって思うんですよ。自分で考えよって。今の選手、自分で考える力が無いでしょ。俺は自分でものを考えて組み立てることができたから。誰も頼りにしてない。それが仕事にも結びついてるから。強くなるってことより、誰も頼りにせず自分をマネージメントする能力を身につけることの方が人生で役に立っていくんじゃないか、と。

— 確かに20年前までは、稽古に参加した選手の中で一番上の人が基本稽古とか仕切りをやって、あと1時間、各自自由練習した後「じゃあスパーリングやるぞ！」って最

— そんな頃に、大道塾から距離を置くことになった、と。

多田 その時に、ポキって心が折れちゃったんですよ。若いし、純粋だし。今だったら折れないけど、若いと修復できないですよ。それで三か月ぐらい何もしないわけですよ。それで、どうしようと思った時に「バンドやろう！」と思って。

— え？ それまで音楽やってましたっけ？

多田 まったくやってないですよ。

— それで、なぜまた……。何歳の時ですか？

多田 26ですね。三か月間、何もやってなくて、何か打ち込めるものが欲しくて。今まで格闘技をやってきたエネルギーが有り余っちゃうわけですよ。音楽好きだし、聴いてるだけじゃなくてやってみようってちょっとあったんですよ。で、楽器何しようかな、と思って、ギターは6弦あるけどベースは4弦しかないからベースを選んだっていう。チラシを作ってディスクユニオンに貼って。で、電話が掛ってくるでしょ。メンバーが集まって「やるぞ！」って。

— 全然弾けないわけですよね？ それで募集しちゃうんですか？ すごい行動力ですね。音楽関係のお店に「仲間募集！」ってビラを貼るって、結構弾ける人がすることじゃないですか？

多田 エネルギーが集中すれば何でもできるんじゃないですか。作曲もしましたし。

— 作曲？ 子どもの頃にピアノとか習ってたわけでもないのでもできるんですか？

多田 全部で。「ベベペー」とか言ってます(笑)。思いついたらテープに吹き込むんですよ。それを聞いて、耳コピしてリフを作って。僕がベースで作って、ドラムマシンにのせて、吹き込んでギターを被せて。それをみんなに渡して「次はこの曲やるぞ！」って。

— で、どういう活動してたんですか？

多田 バンド名は「太陽肛門」っていうんですけど……

— こ、肛門……。

多田。ええ。漢字でつけたかったんです。ジョルジュ・バタイユ(フランスの思想家・作家)の小説から取ってるんです。歌詞もメタル系だと英語ばかりだったから日本語で作ると。

— ヘヴィメタル系のバンド？

多田 ドゥームロックっていう分野があって。格闘技に使っていたエネルギーを全部そっちに持っていった。それで、ライブハウスでライブしたり、CDを制作して販売したり。アメリカのtumultっていうレーベルからも話がきて「出したい」って言うから「いいですよ」。*Solar Anus。っていうえば、海外でも名前が通ってるんですよ。海賊艦まで出たりして。フランスでもライブした。

— 販売したCDというのは、いわゆる自主制作みたいな？

多田 そうです。それが今経営している会社の元になってるんです。活動の規模がだんだん拡大してって、レコード・レーベルになっちゃったんですよ。自分のCDも出すし、ほかのバンドのCDも出して流通させていく。それがDVDになってきたり。結局、モノを作って売ってという全般……カメラマンをやったり、編集プロダクションをやったり。29歳で独立してから、物販と制作を両方やって。

後の30分ぐらいだけガチガチに打ち合うって(笑)。その中で潰れずに巧く、強くなっていくのは、自分で考える能力も持った人だけだったかも。

多田 そう。だから、技術指導というより、心のもち方を話してやればいいんですよ。ちょっとしたヒントを与えればいいわけ、あとは自分でやればよって。

— しかし、他の格闘技・武道との競争を考えると、やはり、丁寧に教えずには生徒が……。

多田 ダメ！ 丁寧にしない方がいい。「やめちまえ」って。逆に害でしょ。丁寧にやると人を頼りにするよう人間の器ですよ。それじゃ、どん底に落ちてものを考えさせる。サバイバルですよ。日本人は劣化してるんですよ。そんなんじや、ロシアの連中に勝つとか無理でしょ。ロシア人は放っておいても考えてやりますよ。意識が違うから。東先生も、最近、優しくなってるじゃないですか。よくないですよ。

— ……。誌面の都合もありますので、このあたりで締めさせていただきますと思います……。



①高校柔道部時代。下段中央が多田氏。②93年の「Wars」大会では、森直樹・現横須賀支部支部長に勝利。③総本部にて、94年12月25日と印字があるので、姿を消す直前の頃か？ ④その2年後、96年12月4日の印字のある写真。道着に長髪……。人は2年の間にこんなに変わるものなのか……。

不定期連載

ウチの道場、こんな稽古をやっています!

大道塾 第1回

御茶ノ水支部の寝技ループドリル

空道の発展のためには、

技術やフィジカルの向上に役立つ練習方法を共有しよう
 じゃありませんか。そんな呼びかけに賛同してくれる道場
 に、その道場独自の練習法を公開してもらおう企画。第1
 回は、田中洋輔選手(-240クラスで2009世界選手権出
 場、全日本2010準優勝&2014ベスト4)擁する大道塾
 御茶ノ水支部の「寝技ループドリル」を紹介する。*この
 コーナーを読んで「ウチでやってるあのメニューはど
 う?」と思った方は、ぜひ、空道無門編集部
 (lana@fb3.so-net.ne.jp)までご連絡・ご投稿ください。

■大道塾御茶ノ水支部の寝技ループドリルの概要:

寝技の基礎技術を磨く「二人組みでの形稽古(ドリル)」である。「クローズガードに対してパスガードしマウントポジションへ移行する」「マウントポジションから絞め技・関節技を極める」「マウントポジションから脱出する」「クローズガードからのスイープ・関節技・絞め技を極める」をつないで行うことで、演武のような展開となり、楽しく反復練習ができる。このドリルをひと通りこなすと、攻守が交替したポジションとなる。従って、そのまま途切れなく立場を交替しての練習を続けることができる。さらに一巡、二巡…と、延々と反復をループすることができる。このドリルで反復されるのは、寝技の得意な者同士の対戦においては、技が極まることはもちろん、仕掛けることすらあまり見られない、初歩的な技術である。しかし、時間制限により、そもそも複雑な展開を要する技を掛け得ない空道ルールにおいては“実際に極まるのは、このレベルの基礎的な技”という面もある。

■大道塾御茶ノ水支部の寝技ループドリルの詳細:

Aがクローズガードを割ってパスガード(いわゆる「かみつき」。写真1~9)→Aがサイドからマウントへ移行(写真9~12)→Aがマウントからの十字絞め(写真12~15)→Aが十字絞めを解きBが肩ブリッジで体を反転させる(いわゆる「ウパ」。写真16~18)→Aがクローズガードからヒザ裏を掬って体を反転させマウントに戻る(いわゆる「フラワースイープ」。写真18~21)→Aがマウントからの十字絞めを狙い、相手が首を守ったところで腕十字(写真21~24)→Aが腕十字を解きBが肩ブリッジで体を反転させる(写真25~27)→Aがクローズガードから腕十字・三角絞め・十字絞め(写真27~41)→Aが技を解き(写真42)、この後はBが、ここまでのAと同様、クローズガードを割ってパスガードし、技を展開していく。このドリルをひととおりにあたり、Bが実施する技術はマウントに対して肩ブリッジで体を反転させるものだけなので、Bの役割は、まったくのビギナーでも務めることができる。初心者は写真1~18を繰り返す、それが出来るようになったら1~42にチャレンジする。上級者は、パスガードやスイープ、マウントからの極め、ガードからの極めの方法を、定められた技でなく、各自の好みの技に変えていく。実演しているのはA役が飯野晃司5級、B役が辻一磨初段。飯野5級は柔道や格闘技の経験は一切なく、大道塾に入門してまだ1年だが、このドリルを積むことで、十分に寝技の攻防ができるようになったという。

