



ノルディックコンバインド競技の概要



ノルディックコンバインドは、瞬発力と集中力が要求されるジャンプ競技と持久力、駆け引きが必要なクロスカントリー競技の二つを組み合わせた競技です。

異なる二つの力が要求される事からこの競技の勝者は「King of Ski (スキーの王者)」と呼ばれています。

冬季オリンピック競技としてノルディックコンバインド競技は、1924年第1回シャモニー(フランス)大会から採用されています。

冬季オリンピックで団体戦が採用されたのは、1988年カルガリー(カナダ)大会からでした。

1992年アルベールビル(フランス)大会では、団体戦に出場した荻原、河野、三ヶ田選手の活躍により初の金メダルを獲得しました。

・競技種目について

個人戦3種目、団体戦3種目があります。

個人戦 (個人グンダーセン、個人マススタート、個人スプリント)

団体戦 (チームグンダーセン、チームマススタート、チームスプリント)

* いづれの種目についてもクロスカントリーはフリー走法で行います。

・個人グンダーセン

先にジャンプを行います。

2本のジャンプの合計得点をタイムに換算(現ルール15点 = 1分)し、そのタイム差が後半クロスカントリーのスタート順番となります。

後半クロスカントリーは15kmを走り、ゴール到着順が順位となります。

・個人マススタート

先にクロスカントリーを行います。

クロスカントリーは一斉スタートで10kmを走り、1位になった選手に120点が与えられます。

1位になった選手に与えられる120点は、後半ジャンプが得点の競い合いでもあることから走ったタイムを得点に換算するために走、飛のバランスを考慮して基準となる点数としたのが120点になります。

グンダーセンとは逆にタイムを得点に換算(現ルール1分 = 15点)し、その得点差が後半ジャンプのスタート順番となります。

後半ジャンプは得点の少ない順に行い、飛距離点のみが加算されます。

飛型点はありませんが、着地においてテレマーク姿勢がとれない場合、転倒した場合はペナルティーとしてジャンプ台の大きさにより決められた点数が飛距離点から減点されます。

2本のジャンプを行い、合計得点の高い順番が順位となります。

<例> ・白旗山競技場(10km)と、大倉山競技場(HS134 K=120m)で競技を行った場合

A選手

クロスカントリーで1位、後半ジャンプで1本目121m、2本目118.5mを飛び2本目にテレマーク姿勢がとれなかった。

B選手

クロスカントリーで2位、後半ジャンプで1本目122m、2本目124.5mを飛びペナルティーはなかった。

C選手

クロスカントリーで3位、後半ジャンプで1本目120.5m、2本目127mを飛び1本目にテレマーク姿勢がとれず、2本目は転倒した。

ペナルティー

転倒の場合

ノーマルヒル = 10.0点(5m)

ラージヒル = 10.8点(9m)

テレマーク姿勢がとれない場合

ノーマルヒル = 4.0点(2m)

ラージヒル = 4.8点(4m)

・以上の選手を成績表に表すと以下のようになります。

順位	名前	クロスカントリー			ジャンプ					総合得点	
		タイム	順位	得点	飛距離 (m)		飛距離点	ペナルティー	ラウンド得点		得点
1	A 選手	28:00.5	1	120.0	1本目	121.0m	61.2	4.8	61.2	114.6	234.6
					2本目	118.5m	58.2		53.4		
2	B 選手	29:39.7	2	95.2	1本目	122.0m	62.4		62.4	127.8	223.0
					2本目	124.5m	65.4		65.4		
3	C 選手	29:40.8	3	95.0	1本目	120.5m	60.6	10.8	55.8	113.4	208.4
					2本目	127.0m	68.4		57.6		

・個人スプリント

個人グンダーセンと同じ競技方法で行いますが、ジャンプは1本、クロスカントリーは7.5kmを走り順位を決めます。

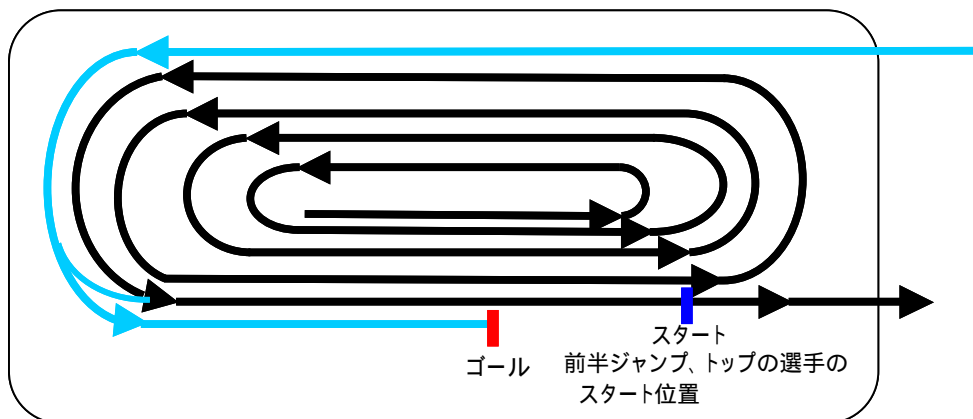
* 近年ワールドカップではこのスプリントにバリエーションが加わりいろいろと工夫され新たな競技方法として、スプリントハリケーン、スプリントコンパクト、スプリントハリケーンコンパクトがあります。

スプリントハリケーン

ジャンプの合計得点をタイムに換算したタイム差を更に距離に換算(1秒 = 6m)し、渦巻状に整備されたスタートエリアに選手をその距離差ごとに配置し、一斉にスタートします。

2位以下の選手は内側から外側に渦を巻いてトップの選手を追いかけていく様子から「ハリケーン」となりました。当然、得点の少ない選手は換算した距離分を多く走る事になります。ゴール到着順が順位となります。

スプリントハリケーンスタート図



* 前半ジャンプ、2位以下の選手のスタート位置はタイム差により決められます。

* 以下の表は、例としてA～D選手のスタート時の距離の差を表しています。

スタート	名 前	ジャンプ		クロスカントリー	
		得 点	得点差	タイム差	距離差 (m)
1	A 選手	126.9	0	0:00	0
2	B 選手	124.5	2.4	0:10	60
3	C 選手	123.2	3.7	0:15	90
4	D 選手	122.7	4.2	0:17	102

スプリントコンパクト

前半ジャンプが終了してから後半クロスカントリーがスタートするまでの時間を25分で行う方法です。この方法を行うにはジャンプ競技場とクロスカントリー会場が隣接しているなど施設の問題、データシステムの充実、等をクリアしていなければなりません。

スプリントハリケーンコンパクト

スプリントハリケーンとスプリントコンパクトをミックスした方法です。

・チームグンダーセン

現在、オリンピック、世界選手権では4人1組、ワールドカップ等では3人1組のチーム編成で、1チームから1人ずつ、3もしくは4グループを形成して行われます。

第1グループから第3もしくは第4グループまでそれぞれ2回のジャンプを行い、各チームの合計得点をタイム差に換算(現ルール60点=1分)し、後半クロスカントリーのスタート順となります。

後半クロスカントリーの第1走者は個人グンダーセンと同じようにタイム差でスタートし、第2走者からはリレーにより各々5kmを走り、最終走者のゴール到着順が順位となります。

チーム戦のジャンプでは各グループごとにスタート位置を変更できるルールもあります。

・チームマススタート

チーム編成はグンダーセンと同様で、先にクロスカントリーを行います。

第1走者は個人マススタートと同様、一斉スタートで第2走者からはリレーにより各々10kmを走り、各チームの合計タイムをポイントに換算(現ルール1分=60点)し、後半ジャンプのスタート順番となります。

後半ジャンプはグンダーセンと同様、各々2回のジャンプを行い前半クロスカントリーの得点に加算し順位を決めます。ペナルティーについては、個人マススタートと同様です。

・チームスプリント

2名1組のチーム編成で、2グループを形成し、先にジャンプを行います。

各グループそれぞれ1回のジャンプを行い、各チームの合計得点をタイムに換算(現ルール30点=1分)し、後半クロスカントリーのスタート順番となります。

後半クロスカントリーは、全長1000m～1250mのコースを周回して行います。

1周ごとに選手は交替し、各々7.5km、合計15kmを走り、ゴール到着順が順位となります。

ノルディックコンバインド競技は以前、複合競技と呼ばれ2本のジャンプと15kmを走る1種目でしたが、現在は競技方法をいろいろ工夫しノルディックコンバインド競技として観客の皆さんに楽しんでもらえるよう努力しています。

ダイナミックなジャンプとエキサイティングなクロスカントリー競技の両方を持ち備えた競技ですので是非、競技場で観戦して頂きたいと思います。