



# 慶應義塾體育會端艇部 カヌー一部門2021

KEIO UNIV. CANOE TEAM

「大学から目指す、  
日本一」

## この部について

慶應義塾體育會端艇部カヌー部門は1962年に創設された部活です。現在部員32名(含マネージャー4名)で活動しています。シーズン中は寮生活を行いながら、週6日活動しています。部員の大半が大学から競技を始めていますが、過去には国体出場、全国大会制覇、日本代表選出などの輝かしい戦績を残しています。

## カヌーとは

カヌーとは、艇に乗りパドルを使い水上をかける競技です。一定の距離をいかに速くこぐかを競う競技で、1人乗り、2人乗り、4人乗りがあり、それぞれシングル、ペア、フォアと呼ばれています。距離は200m、500m、1000m、長距離の4種類があります。水をつかんで前に進む爽快感は、他の競技にはない魅力です。



0からのスタート。

自分の限界に挑戦し、夢を追い続ける4年間。  
何でもできる大学生活。どう過ごすかは自分次第。

# 練習について

## ・乗艇

カヌーを速く漕げるようになるためには、乗艇の回数と距離をこなす必要があるため、シーズン中は週6日行っています。

基礎漕力を身に付ける秋冬はペースを落として長距離を、レースが近づく春夏は短距離の全力漕を行っています。



## ・トレーニング

カヌーには強靱な体と心肺機能が必要になるため、ウエイトトレーニングと有酸素トレーニングを行っています。ウエイトトレーニングは、オフシーズンは筋肉を大きくするトレーニング、大会が近づいてくると、オフシーズンに大きくした筋肉を最大限発揮できるようなトレーニングを行います。有酸素トレーニングは、オフシーズンは長距離トレーニングを行い、心肺機能を高め、シーズン中は短距離トレーニングも取り入れながら、カヌーに適した心肺機能を作り上げます。



## マネージャーについて

我が部では、マネージャーは部の運営において欠かせない存在です。

練習のビデオ撮影、食事作り、データ管理などここでしかできない経験がたくさんあります。

カヌー部でマネージャーとして充実した4年間を過ごしませんか？



「チームで戦う、  
個人競技」

カヌーは決して一人では速くならない。  
練習をはじめ衣食住を共にする最高の仲間との  
出会い。  
日々競い合い、永遠のライバルでもある存在が私  
たちを成長させる。  
チームで成長し、チームで戦う。  
思いを乗せた「若き血」を葉月の空に響かせよう。

# 年間予定

4月 新歓オリエンテーション



早慶レガッタ



5月 神奈川県カヌースプリント選手権

6月 東京都レーシング

7月 水上運動会



8月 関東学生カヌースプリント選手権大会  
全日本学生カヌースプリント選手権大会



9月 長期OFF  
全日本カヌースプリント選手権大会

10月 陸上トレーニング期間

11月 陸上トレーニング期間

12月 陸上トレーニング期間



1月 初漕ぎ式



千葉県知事杯



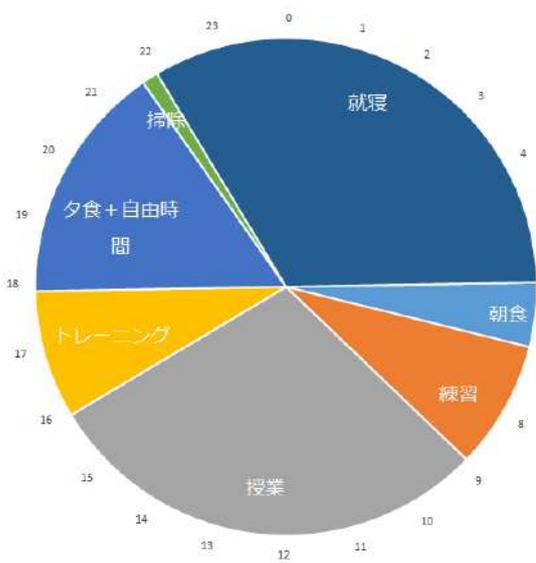
3月 4年生追い出しコンパ



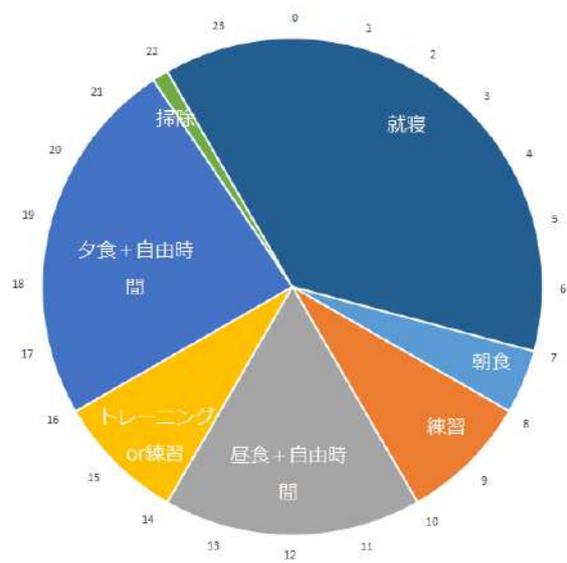
端艇部卒業式  
カヌースプリント海外派遣選手選考会

# カヌー部員の一日(例)

## シーズン中



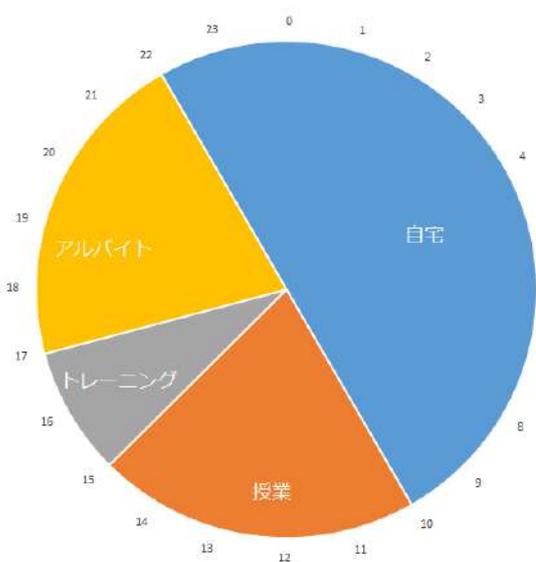
### 授業(2~4限)がある日



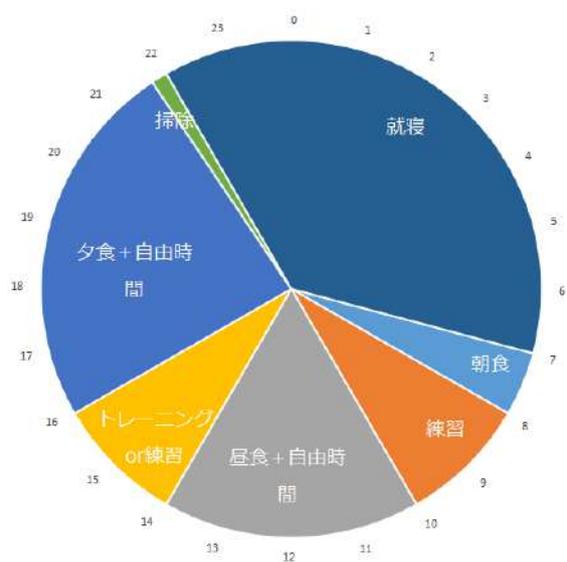
### 土日

シーズン中(2月~8月)は基本的には寮生活を行います。練習は主に週6日、乗艇6コマ、トレーニング5コマの計11コマの練習を行っています。(月曜日、木曜日午後はOFF)授業の時間に合わせて、練習時間を変更することができるので、授業に支障をきたすことはありません。また、授業がない日は自由時間が多く設けられており、課題や勉強、自主練習など自分のやりたいことに時間を割くことができます。

## オフシーズン



### 授業(2~4限)がある日



### 土日

オフシーズン(10月~1月)は、授業がある平日は寮には入らず、各キャンパス内のトレーニング場でのウエイトトレーニングのみ行き、土日のみ寮に入り、乗艇練習を行います。自由な時間が多くできるため、アルバイトを行う部員もいます。もちろん、自主練習を行うこともできます。



# 遠征・大会



カヌー部門では、年に数回の遠征を実施し、関西の大学と練習を行ったり、全国から選手の集まる大会に参加しています。遠征の際は、上に艇を積んだバンを自分たちで運転して目的地に向かいます。部員たちは、大会で結果を残すことを目標として、常に高いモチベーションで練習を行っています。



# 活動風景



# 艇庫

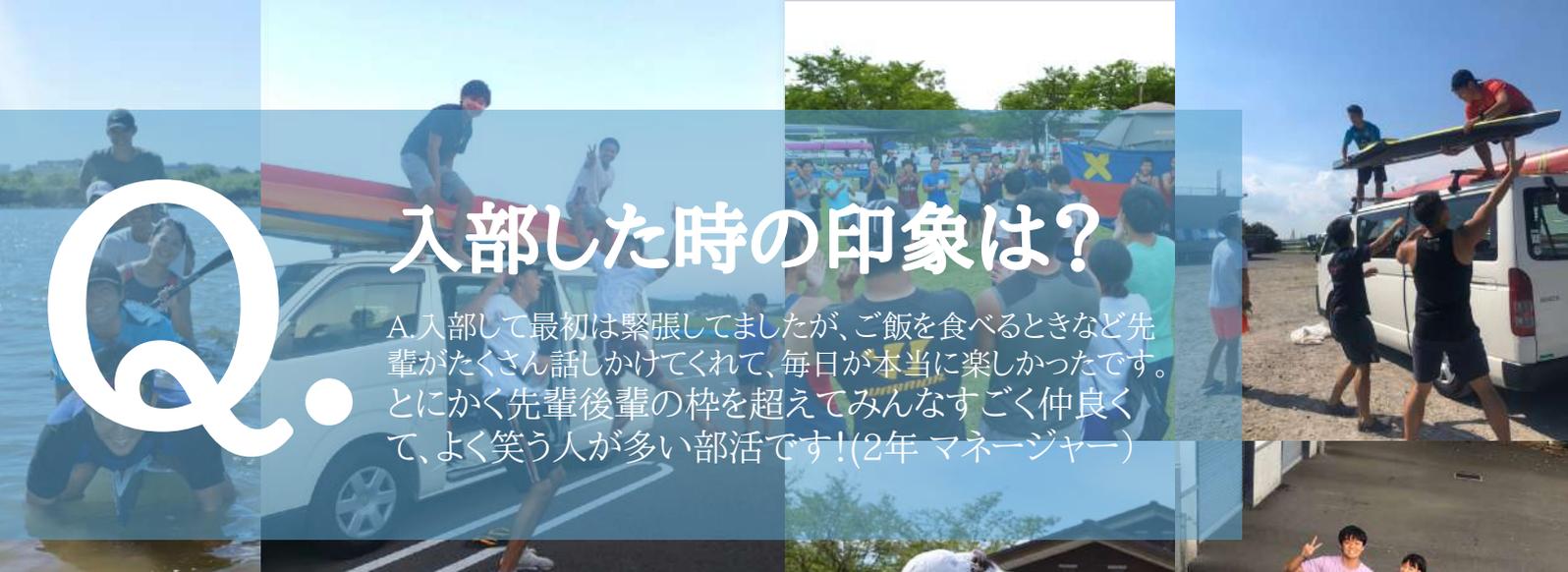
艇庫は、私たちの練習の拠点であり、生活の拠点です。  
シーズン中の多くの時間、ここで仲間と寝食を共にします。



# 荒川

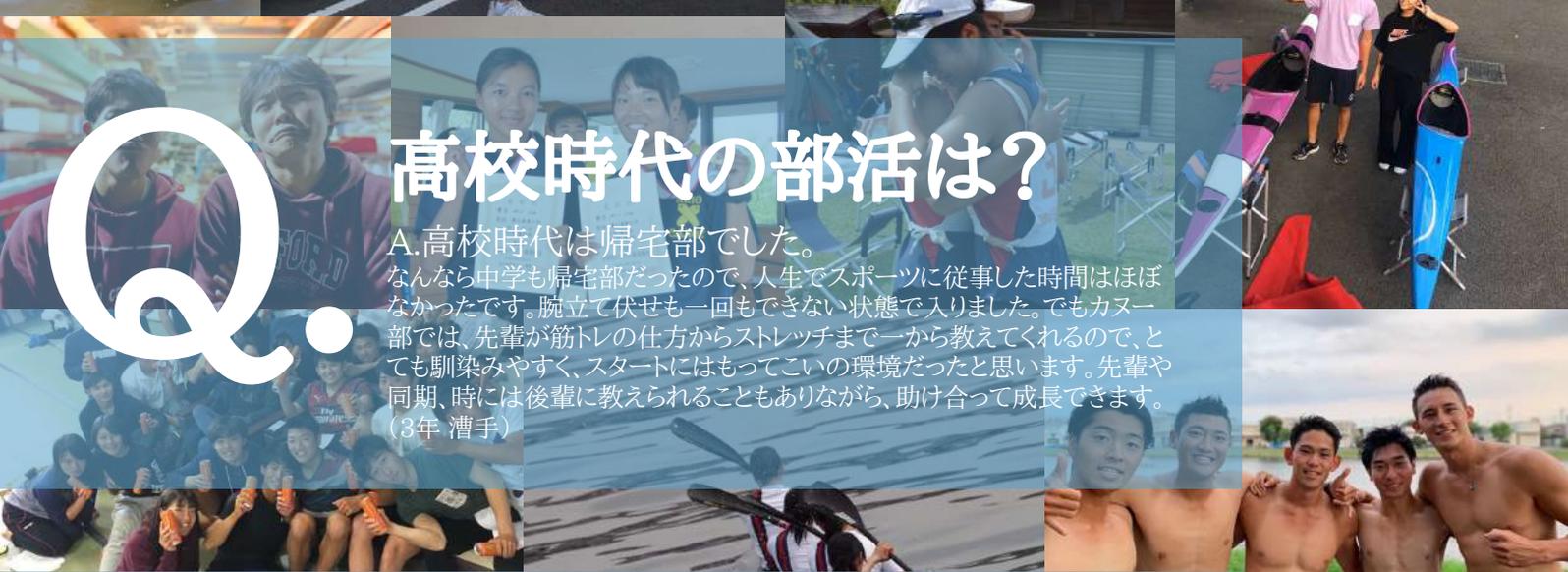
私たちは普段の練習を、  
艇庫からほど近い荒川で  
行っています。  
練習中のビデオはマネージャー  
が撮影しています。





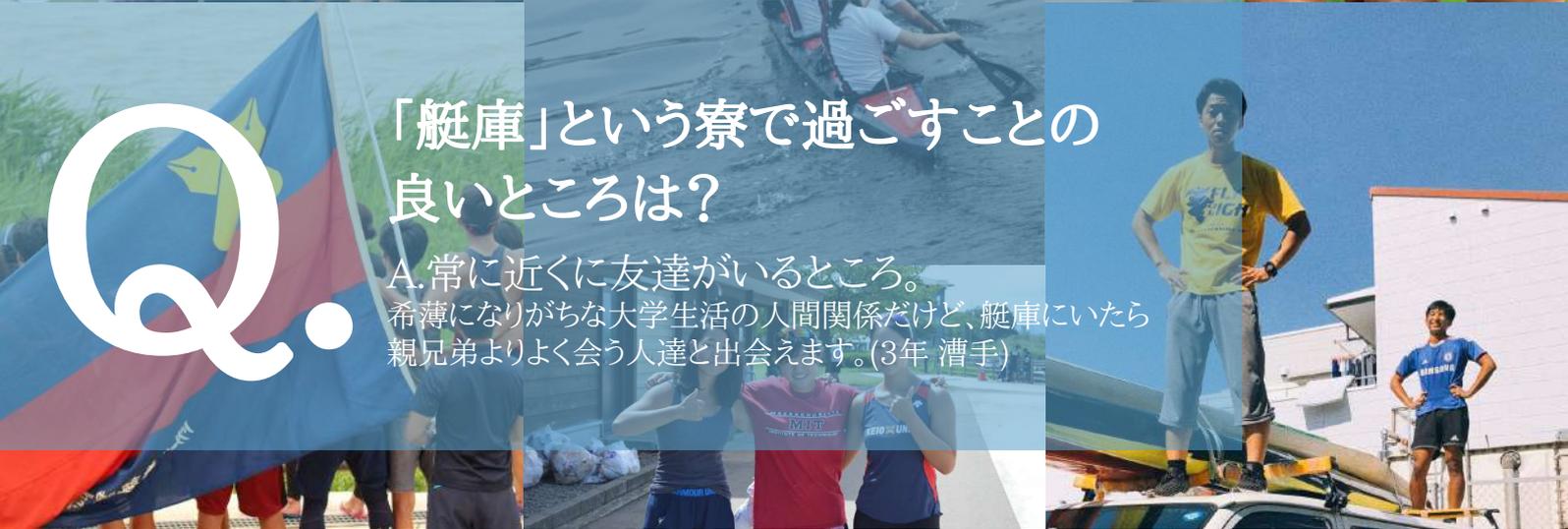
## Q. 入部した時の印象は？

A. 入部して最初は緊張してましたが、ご飯を食べるときなど先輩がたくさん話しかけてくれて、毎日が本当に楽しかったです。とにかく先輩後輩の枠を超えてみんなすごく仲良く、よく笑う人が多い部活です!(2年 マネージャー)



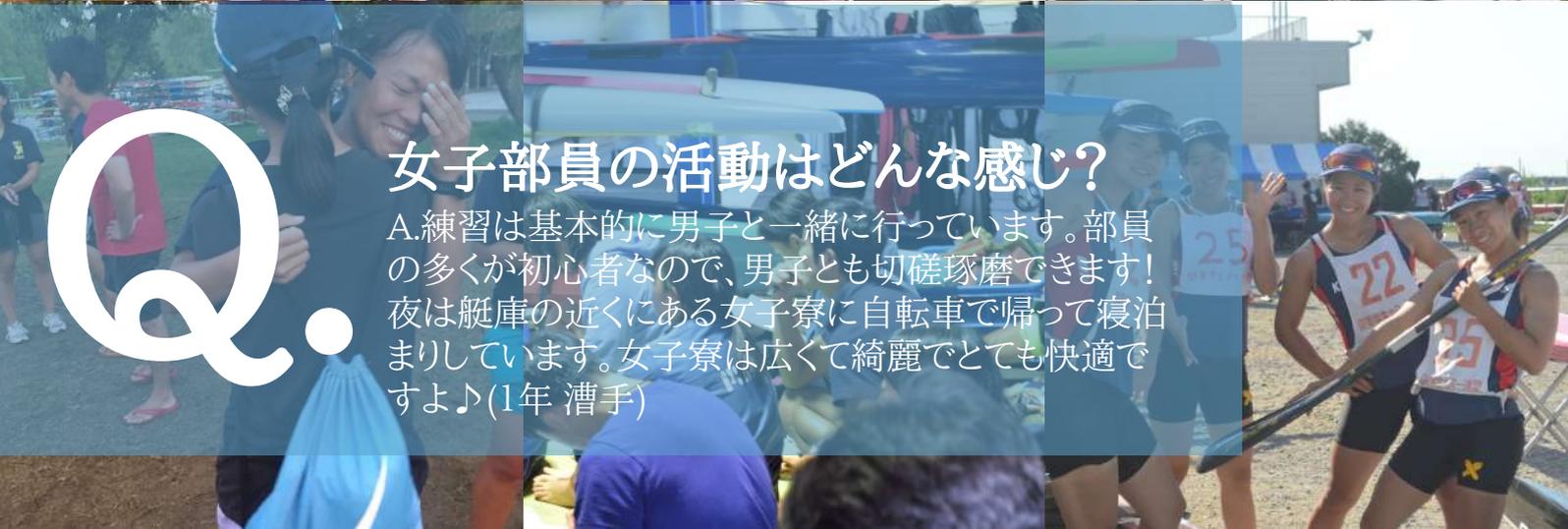
## Q. 高校時代の部活は？

A. 高校時代は帰宅部でした。なんなら中学も帰宅部だったので、人生でスポーツに従事した時間はほぼなかったです。腕立て伏せも一回もできない状態でした。でもカヌー部では、先輩が筋トレの仕方からストレッチまで一から教えてくれるので、とても馴染みやすく、スタートにはもってこいの環境だったと思います。先輩や同期、時には後輩に教えられることもありながら、助け合って成長できます。(3年 漕手)



## Q. 「艇庫」という寮で過ごすことの良いところは？

A. 常に近くに友達がいるところ。希薄になりがちな大学生活の人間関係だけど、艇庫にいたら親兄弟よりよく会う人達と出会えます。(3年 漕手)



## Q. 女子部員の活動はどんな感じ？

A. 練習は基本的に男子と一緒にしています。部員の多くが初心者なので、男子とも切磋琢磨できます! 夜は艇庫の近くにある女子寮に自転車で帰って寝泊まりしています。女子寮は広くて綺麗でとても快適ですよ♪(1年 漕手)



# Q.

## 遠征の思い出は？

A. インカレの新人戦において200m, 500m, ペアにおいて三冠を達成できたことが一番の思い出です。大学から始めた未経験者でも日本一を目指せるのがこの部活の魅力だと思います!(1年 漕手)



# Q.

## マネージャーの仕事のやりがいとは？

A. 私たちカヌー部門のマネージャーの仕事は、遠征や部の運営から始まり、練習ビデオの撮影や寮の食事作りなど多岐に渡ります。私がこれらの仕事を日々取り組んでいるのも、一緒に頑張っている同期や先輩、後輩の姿があるからです。選手の皆が頑張っている姿を、艇庫生活や仕事での節々で感じ、もっとこの人の力になりたいという気持ちで、日々のモチベーションに繋がっています。(3年 マネージャー)



# Q.

## カヌー競技の魅力とは？

A. 水上のF1とも言われ、コンマ0.01秒で競い合う世界では、心身の限界に達するほど過激なレースが繰り広げられる。そしてその瞬間に水や風や声援を感じる時、カヌー競技の真髄に触れられる気がする。(2年 漕手)



# 近年の戦績

海外派遣選手選考会	K-1 1000m B決勝優勝
世界カヌーマラソン選手権大会	K-1 Woman Under 23部門 アジア4位入賞
神奈川県選手権	K-1 500m 優勝 WK-1 500m 優勝
東京都国体予選	K-1 500m B決勝優勝 WK-1 500m 優勝
国民体育大会関東ブロック	K-1 500m 優勝
全日本学生選手権	K-1 1000m A決勝進出 K-1 200m 決勝進出  K-2 1000m 決勝進出 K-4 1000m 3位 WK-1 500m A決勝進出 WK-1 500m B決勝進出 WK-1 200m 決勝優勝 JK-1 500m 優勝 JK-1 200m 優勝 JK-2 500m 優勝
全日本選手権	K-1 200m 準優勝 K-2 500m 優勝 WK-1 200m 3位
千葉県知事杯	K-2 3位

※  
K-1：男子カヤックシングル  
K-2：男子カヤックペア  
K-4：男子カヤックフォア  
WK-1：女子カヤックシングル  
JK-1：ジュニア男子カヤック

# 部員紹介

この部活では、一年のうち多くの時間を「艇庫」と呼ばれる寮で仲間と共に過ごします。そんな艇庫で日々切磋琢磨する部員たちを紹介します。

慶應義塾体育會端艇部カヌー部門



主将 齋藤知(経)

新入生の皆さんご入学おめでとうございます。  
最後の学生生活をかけてやりたいことは見つかりましたか？  
4年間何をして過ごすも自分次第。カヌー部門には、皆さんが活躍できる場所があります。ぜひ一度カヌーを漕ぎに来てください。皆さんの心を魅了するカヌー部門の仲間達が、最高の4年間を約束します。



副将 藤田賀魁(総)

「熱い4年間にしたい」そう少しでも思う人はぜひ試乗会に来てみてください。



副将 西田将太(政)

楽しみ方は自分次第。



4年 裏木敏明(経)

新しいこと始めてみない？



4年 今井優香里(文)

ご入学おめでとうございます。  
いろいろやりたいことを胸に大学生活を楽しみにしていると思いますが、とりあえず、まず、はじめに！戸田でカヌーに乗ってみてください！  
戸田ってどこだろうとなるかもしれませんが、渋谷から15分の場所で楽しいアクティビティができます！とりあえず来てください！待ってます！



4年 岸和田万論(経)

部活に悩んでるって？とりあえずおいでよ。とりあえずね。



4年 島淳郎(経)

まず、カヌー部を選択肢の一つに入れてください。そして最後に入ってください。



4年 関根雅将(政)

どうか入部してください。



4年 西原聖(経)

ここで最高の仲間を見つけよう。



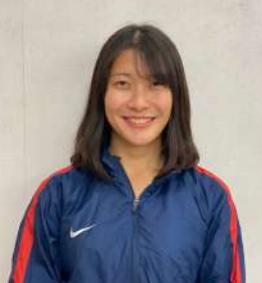
4年 藤田知里(経)

カヌー一部について、詳しくは戸田で。



4年 山根久弥(理)

カヌー一部にいカヌーか？



MGR兼主務 宮腰友理(経)

カヌー部門には、アツくてあたたかくて放っておけない人たちがいます。風通しがよく良い意味で体育会っぽくないカヌー部門を見て、体育会に入る気持ちになかった私も、気づいたら打ち込みたいことを見つけられました。とりあえず見に来てください！



3年 久保領雄音(環)

仲間と熱い学生生活を送りたい新入生にはここしかない



3年 須田昌希(経)

時間があったら試乗会に来てください！



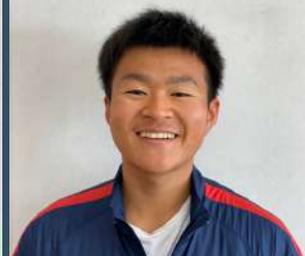
3年 恒川雄詞(経)

戸田で待ってま～す



3年 水谷真盛(政)

やりたいことに全力で取り組める最後の四年間をカヌー一部で過ごしませんか？



3年 横山俊輔(法)

春はあげぼよ



3年 安河内隆文(経)

入学おめでとうございます。カヌー部は家族の様な関係性の下、心身共成長できる場です。残りの学生生活をどう過ごすかは皆さん次第ですが、どうせなら何かに懸けたいという思いを持っている人を待っています!



3年 渡邊大希(文)  
荒川、マザファカ



3年 MGR 伊原菜々穂(経)  
変な人がいっぱいいて楽しいよ!



3年 MGR 野宮すず(経)  
女子部員大募集



3年 MGR 橋本菜菜実(政)  
マネージャー大募集!!カヌーのこと聞いたことなくても大丈夫です!!



2年 植草友介(総)

入学おめでとうございます!新生活が始まり、何をするか悩んでいる人がたくさんいる時期だと思います。まさに昨年の僕もそうでした。もしカヌー部を選んだら熱い4年間と公開なく充実した学生生活を保障できると、1年たった今、断言できます。また、日々の生活を通じて、心身ともに成長するだけでなく、何より共同生活で得られる友情は一生ものだと思います。



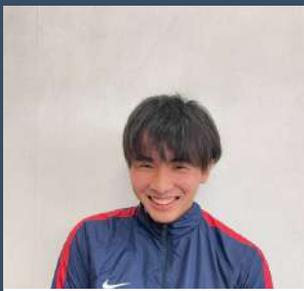
2年 遠藤稜大(経)  
そのリトルトゥース、ワン回ヌーカーどないか男?温泉。



2年 岡田宏美(政)  
強い女になりましょう



2年 加藤卓(法)  
ヨット部の主将じゃないお



2年 釜田洸汰(経)  
僕みたいな童顔募集中



2年 志賀悠作(総)  
最高で最幸のカヌースプリンターと一緒にしましょう!入部を心からお待ちしています!



2年 芝崎民郎(経)  
カヌーでキメようメエーン



2年 長谷川来夢(法)  
荒川で長谷川と暮らそう



2年 永田隼一(政)  
運動経験の少ない人、どんな部活の人でもぜひ艇庫に来てね。



2年 宮川悠貴(経)  
雰囲気は志木校の延長線だと思ってもらって大丈夫です。



# 試乗会

毎週土・日曜日  
慶應義塾戸田艇庫

参加希望者、気になった方は以下の連絡先まで  
ご連絡ください!

## 連絡先

3年 水谷真盛



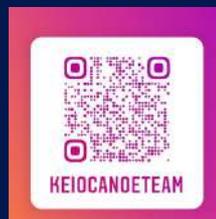
3年 MGR 橋本茉奈実



試乗会参加希望者の方、質問など  
お気軽にご連絡ください!

## 公式SNS

端艇部カヌー部門の公式SNSです。  
Instagram、Twitterでは活動の様子を紹介しています。  
また、公式LINEでは質問なども受け付けています!  
以下のQRコードからアクセスしてみてください!



公式Instagram



Twitter新歓アカウント



公式LINE

## アクセス

335-0024

埼玉県戸田市戸田公園1-46

慶應義塾戸田艇庫

JR埼京線戸田公園駅から徒歩10分