



**名倉 沙織**  
Saori Nakura  
(21歳)

**トランポリン**

**2018年7月～9月度 活動報告**

# Report - July

◎7月の主な大会・イベント・その他活動  
・7月3日～9日 ワールドカップスイス大会

7月3日～9日に行われたワールドカップは、怪我から復帰して1ヶ月弱という短い期間でむかえることになりましたが、今のベストを尽くすことができ、12位という成績を取ることができました。まだ本調子ではないですが、今のベストの演技ができたことは自信になりました。

スイスは日本よりも標高が高く酸素が薄いため、演技後の疲労感が強く、日本では感じられない経験もできました。世界のトップ選手との差は感じられましたが、今は練習とリハビリを並行し、怪我前よりもさらにパワーアップした姿を次の海外試合で披露できるように頑張りたいと思います。また会場がスケートリンクで、私は幼い頃にフィギュアスケートをやっていたので、スケートリンクでトランポリンを跳べることは私にとって貴重な経験でした。

今後は8月のインカレに向けて、少しでも難度点を戻していきけるように日々の練習に励んで行きたいと思います。



# Report - August

◎8月の主な大会・イベント・その他活動

**8月17～19日**  
**全日本学生トランポリン選手権大会**  
**5位入賞**



8月17日～19日に石川県輪島市で行われた全日本学生トランポリン選手権大会に出場し、5位入賞しました。怪我から復帰して約2ヶ月で、徐々に高難度の技もかけられるようになり、今回の試合でも三回宙返りを構成に入れ、しっかり通しきることができました。優勝を目指していたので悔しい部分もありますが、去年のインカレまではどれだけ準備をしても自分のこともコーチのことも100%信じきれない弱い自分がいましたが、最後のインカレでは100%信じて自分らしく跳ぶことができました。最後のインカレで1つ殻を破れたかなと思います。今回はメンタル面の成長を感じられる試合になりました。今回の試合をきっかけにこの調子で完全復帰に向けて頑張っていきたいと思います！

## ●8月のメディア・WEB・ニュース情報

・東京FM 藤光謙司 金メダルへの道

9月8日土曜日5:30～5:45

放送終了後もYouTubeにてご視聴いただける予定です。

## Report - September

### ●9月の主な大会・イベント・その他活動

9月7日～9日 東日本トランポリン競技選手権大会

今月は、7日～9日に群馬県で東日本選手権が開催されました。

今回の試合は、自分にとってはトライする試合と位置づけており、難度点をどこまで戻して挑めるかということを中心に調整してきました。膝の痛みはまだありますが、予選ではしっかり怪我明けで一番高い難度点の構成を通しきり、3位で決勝に進出できました。決勝では予選よりさらに難度点を上げて臨みましたが、失敗してしまい、9位となりました。まだ練習の期間が必要だったかなと思います。しっかりと目標にしていた構成を今回の試合でトライすることができたので、今後も引き続き練習し完全復帰に向けて頑張っていきたいと思います。

また、来月は全日本選手権があるので、復帰へのプロセスの中でもしっかりとベストなパフォーマンスができるように頑張りたいと思います。引き続き応援よろしくお願いたします！



スポーツで  
強くなる。