

Nagoya University Rowing Club



KOU SEKI

2025年12月発刊
第18号

航 途

MOKUJI

目次



レースの振り返り
インカレ
全日新
名工大新人
総会報告
代替わり
冬トレ
わトレ
改革

インカレ結果報告

2025

9.3~9.7



M2x【湊】 S恩田 B高木

7位入賞

練習では持久力向上のため、低レートトレーニングを中心としたメニューを組み立て、1ストロークの質にこだわってトレーニングに励んでまいりました。決勝では準決勝の反省を活かし、スタートで他艇からリードを奪うことを意識してレースに臨んだところ、他艇に一度もリードを許すことなく、1着でフィニッシュし、全体7位という結果に終わりました。

目標としていたA決勝に進出することはできませんでしたが、レースを経るたびに自分たちの強みや弱点が浮き彫りになったことで、大会全体を通して実りのあるレースをすることができたと思います。来シーズンはさらなる活躍ができるよう、オフシーズンも練習に取り組んでまいります。

M4x【疾風】 S 豊田 3 桑原 2 山田 B 中館

敗復

4着



私たちのクルーはインカレ練習期間中は重心を下に真っ直ぐ座ることとフィニッシュでの押し切りを合わせることを主に意識しutなどの心肺能力の向上を目的とした練習を中心に行ってきました。

このクルーは全体的にローイングの動作に関する知識が浅く院生の先輩方のコーチングを受けながら練習に励みました。

今回のインカレで私はクルーの癖を矯正することを諦めずに4人のユニフォーミティを合わせるところから練習を始めるべきだと感じました。インカレに出艇するクルーはどのクルーを見ても艇に影響を与えるほどの癖を持った漕手が見当たらなかったためです。動きを合わせるということは前提条件であり、そこからutなどの体力強化を行うことが肝心なのだと感じました。



M4+【迅風】 C 加藤 S 近藤 3 林 2 佐藤 B 森

敗復
4着

私達のクルーは練習では、リラックスの意識を持って船のブレを少なくする事と正しいポジションで漕ぐ事で、4人の漕ぎの統一を目指しました。体力も向上させるため、水上では分漕と長距離UTを軸に練習しました。

今回のレースを踏まえて、個々の漕ぎの癖をより丁寧に修正する事が最も重要なだと感じました。日頃の練習においても、分漕と長距離UTを比べると漕ぎ方の乖離が顕著な状態でした。そのため、まず分漕から漕ぎ方を確認しつつ、UTでは短い距離で崩れず漕ぐ事を始めに目指します。段階的に距離を伸ばすことで、長距離でも崩さない漕ぎ方を習得していきます

W8+

C 長坂 S 鎌倉 7 稲垣 6 足立 5 美素 4 福永 3 高橋 2 鈴木 B 青木



私たちは、戸田にインするまでは名古屋工業大学様と舵手付きフォアに乗って練習し、戸田にインしてからはエイトを組んで練習をしました。フォアの練習の際から一貫してフィニッシュの抜き上げから揃えてバランスをとることを意識しました。エイトとして練習ができたのはレースの1週間前からでとても短い時間ではありましたが、お互いが意見を交換し合うことで漕ぎができる限り合わせられるように励みました。

最後のレースでは、コンスタントに入る際に、レートを落とす意識ではなく、大きく伸び伸びと漕ぐイメージをもつことをクルー全員で統一したことで、出力を落とすことなく、最後まで全力で漕ぐことができました。

A決勝に進むことはできませんでしたが、レースを重ねるごとに成長を感じ、ボートの楽しさをクルー全員で共有できたことでとても良い経験になったと思います。

B決勝
3着

会場に足を運んでくださった皆様、配信を通して応援してくださった皆様、誠にありがとうございました。

今後ともあたたかいご支援と応援のほどよろしくお願ひいたします。

全日本

結果報告

2025

10.31～11.2

M4+ 【鈴鹿】 C 福永 S 佐藤 3 林 2 小田島 B 豊田



敗者復活戦

3着

7:31.49

私達のクルーは練習では、フィニッシュからハンズセットまでの動きをクルー全体で統一しリズムを共有する事と、ドライブでの加速感を生み出すために、レッグオンリーからボディスイングまでの連動を意識して艇速の向上を目指しました。

戸田での練習では、庄内川に比べて水が重く感じ、ドライブで上手く加速できずレートやタイムが思うように出ませんでした。そこで、フィニッシュで加速してオールを抜き切ること、無理にレンジを取りすぎず、正しいポジションで漕ぐことを意識した結果、レース前日の練習ではいい感覚で漕げたため、これらの事を意識してレースに臨みました。

今回のレースを踏まえて、レース後半で、良い漕ぎを継続することが重要だと感じました。練習では、UT1本1本の完成度は良いと感じていましたが、完成度を求めるあまり、水上で長距離を漕ぐ練習が不十分でした。レース後半での漕ぎの崩れを無くすためにも、今後は、まず、短い距離で4人の動きとリズムを共有して、徐々に距離を伸ばして疲れても崩れない漕ぎ方を身につけていきます。

この反省を活かして、頑張っていきますので、引き続き応援よろしくお願い致します。

SNSを通じて応援してくださった皆様、会場に足を運んでくださった皆様、誠にありがとうございました。今後とも、漕手、サポーター共により一層精進して参ります。温かい応援をよろしくお願ひいたします。

名工大新人 結果報告

2025
11.23

W2x 【蒼波】 2着
S 鈴木 B 三谷



私たちは、クルー結成から大会までの限られた期間において、艇のバランスを安定させること、そして無駄なく力を水に伝達することに努めてまいりました。特に、2人でフィニッシュの押し切りを合わせることを重要視し、重点的に練習を行いました。その結果、乗艇を重ねるごとに漕ぎの同調性が高まり、バランスを維持したままフィニッシュまで力強く押し切ることが可能となりました。

今後は、レース中の反省点に加え、日頃の練習においてコーチからご指摘いただいたグリップの握り方などの課題を改めて見直し、一つ一つ改善していきたいと存じます。これらを着実に修正し、次の大会に向けてより高いレベルでのパフォーマンスを目指して精進してまいります。

M8+ 【伊吹2007】 1着

C 加藤 S 小田島 7 恩田 6 佐藤 5 水野 4 田島 3 余井 2 林 B 豊田

クルー編成から試合当日までの期間が短く乗艇回数が限られていたため、乗艇に加えて陸でも動きを確認を行いました。エルゴでは、整調の小田島が全日新クルーだったため、当時のリズムをクルー全員で共有しました。そのリズムを意識することでセットが安定し動きも揃ったことから、定期的にエルゴでのリズム共有を実施しました。乗艇メニューは通常通り前半に低レートで漕ぎの確認、後半にハイレート中心の練習を行いましたが、名工大戦の反省を踏まえてスタート練やSPは早期に取り入れました。

今大会で得られた課題は、来年の名工大戦で活かせると感じています。また、久しぶりに勝利できたことで部全体の士気も上がり、とても良い機会となりました。

会場に足を運んでくださった皆様、そして配信を通して応援してくださった皆様に心より感謝申し上げます。現在、漕手は冬期トレーニングに入り、来年の春夏の大会に向けてサポーターとともに一丸となって練習に励んでおります。今後とも温かいご支援、ご声援のほどよろしくお願ひいたします。





名古屋大学
漕艇部



2025年

艇友会総会

今年は南部食堂を利用した名古屋対面会場及び、ZOOMによるオンライン上での開催となりました。

- ・名古屋対面会場では 19 名
 - ・ZOOM上では 13 名
- 計 32 名のOB・OG様にご参加いただきました。

誠にありがとうございました。

シーズン以降も良い結果を残せるよう、
部員一同が一丸となり努力してまいりますので
何卒応援のほどよろしくお願ひいたします。

2026年度スローガン



挑戦

対外試合での挑戦
日々の練習での挑戦
組織体制での挑戦
全員で挑戦するという想いを込めて。

代替わりしました

9月に行われたインカレでR04が引退となりました。
R05に代替わりし、新しい活動も始まっています。

新体制

主将 恩田健太郎
主務 新遙
副将 加藤稔之典
副将 山田修平



ボート部の

冬トレ改革

部内レースの開催

12月末に部内レースを行いました！
大会が少なく、寒さでどうしても乗艇へのモチベーションが下がりがちな冬に、クルー内で「どうすれば艇速を上げられるか」を考えながら、練習や議論の活発化を目指します！



休日は朝食をとってから乗艇

これまで起床後そのまま乗艇していましたが冬トレ期間は消化の良い朝食をとってから乗艇する流れに変更しました。
エネルギー不足を防ぎつつ身体も温まりやすくなるため、怪我の予防にもつながります！

企業との合同練習

12月はトヨタ紡織さんとの合同練習を行いました。プロの方と乗艇し、たくさんの技術を学ぶ貴重な機会となりました！
また、テソーソーボート部のコーチの方による、ローイング講習会も行いました。多くのことを吸収して充実した冬トレにしていきます！





名古屋大学漕艇部 公式グッズ



FRONT



BACK

名大ボート部ポロシャツ
※サイズ S, M, L, LL あります！
¥3,600



サコッシュ
¥3,000



マフラー タオル
¥1,500



メモ帳
¥600

これらのグッズをご希望の方は、
下記アドレスまでご連絡いただきますようお願いいたします。

nurc.kouhou2020@gmail.com



最近ボート部でクイズ大会が行われました。最下位の人がすべきこととは？

- ①4,500×3を引く
- ②一発ギャグを披露
- ③全員分の皿を洗う

名古屋大学漕艇部

〒454-0944

名古屋市中川区大当郎町字西流358-3



@meidairowing



@meidai.rowing



@nurc2011

部員ブログ

だぎやー新聞



艇友会費と特定基金の納入のお願い

皆様からのご支援によって、私達は強くなれます。

クレジットカード決済をご存知ですか？

『応援したい』と思ったとき…いつでもどこでもご支援いただけます。

右のQRコードから決済ページにアクセスください。→→→

次ページに実際の決済画面を例示しています。

艇友会費



特定基金



これまで艇庫建て替えなどにご尽力いただいたOB・OG様が高齢化していることから、今後は一般の皆様（部員の保護者を含む）と60才以下のOBOG様とのご厚情がより重要になってきています。名大のような地方国立大学の部員たちが全国を舞台とした試合で活躍することを目指し、大学キャンパス内では得られない経験を積むことは、社会の豊かさの裾野を広げる大切な一歩と考えております。
ご協力お願いいたします。

一般の皆様へのお願い

漕艇部の活動は一般の皆様とOBOG様のご支援(新人勧誘冊子広告、NURCファンディング、艇友会費、特定基金)によって成り立っています。

特にNURCファンディングは、一口が3000円となっておりますので、本冊子「航跡」を読んでいただいた時、さらに漕艇部の各SNSをご覧になった時、試合観戦の時などに、折に触れてご納付くださいま
すと部員一同ありがとうございます。

NURCクラウド
ファンディング



クレジットカード決済ページ例↓

1.情報入力 2.確認 3.決済完了

ご注文内容をご確認の上、決済情報を入力してください

商品ID
NURCファンディング

決済金額
¥ 3,000

氏名 必須

メールアドレス 必須

電話番号 必須

ハイフン「-」は省略してください（半角数字）

入学年度 必須

赤線で囲まれた箇所に
ご自身の情報と
決済に利用するカードの情報
を入力してください
※JCBは利用できません

お支払い方法

クレジットカード

このマークがついていればご利用可能です

カード番号 必須

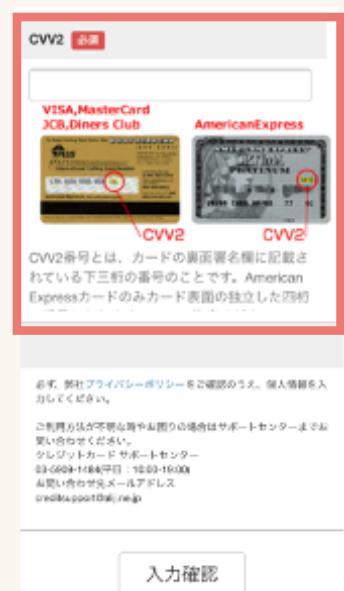
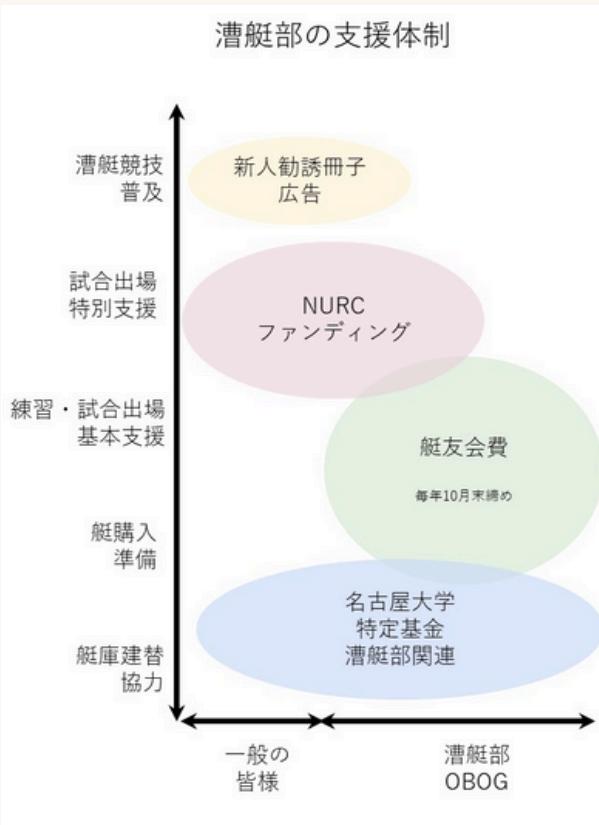
14-16桁の番号をハイフン「-」を省略して入力してください（半角数字）

有効期限(月/年) 必須

/
MM/YYYY 月と年を入力してください

カード名義 必須

カードに刻印されているお名前（半角英数）



いつも温かいご支援、誠にありがとうございます。
今後も何卒宜しくお願い申し上げます。

