

スキート ステップ バイ ステップ IV

自然なグリップに始まり撃銃、据銃、身体のローテーション、銃の移動、トーレース、標的との空間距離（リード）の維持、リード間隔とその空間距離の視かけ実際、などを知って頂いたと思う。

文章であるから書き手の勝手気ままなままに、ドンドンとそれらは進んで行ってしまうけれど、実際の練習にあっては文章の展開速度と練習の進展速度は同一とはならず、それ相応の練習時間、経験時間を要される筈だ。

ステップ バイ ステップが当HP上に掲載され始めたのが昨年12月半ばチョイト手前であったから、この文章が掲載される頃には概ね2か月半～3か月弱が経過するのだが、まずは、撃銃、据銃が上手に行えるように至っているだろうか？

『よし、やってみよう！！』と思い立った人が、思うに任せない為 『ダメだ。こんなこといくらやっても埒が明かない！？』と放り出したりしていないだろうか。

もし、そのような事があるとすれば、それは文章力のなさ、書き手の稚拙さで、取り組んでみようと考えた方々の、スキートの習慣変換、射撃改変へのモチベーションに触れ高めるに至っていないと云うことになり、お詫び申し上げなければならぬ。

とは申すものの、慣れ親しんできた自らの射撃を新たな方向に改変する、射撃を変更すると云うことは、射撃實際上、そう容易く簡単な事ではなく、相応の苦難や挫折感を共にしながらの練習作業であることは否めない。

しかし、それも人に依ってと言うおまけがつくこことはあるかと思う。いとも簡単に撃銃、据銃変換を行なってしまう人もいるし、幾ら練習しても変換を果たせないでいる人もいる。

人それぞれの射撃への立ち位置、心のポジションによってその辺りの差異が現れて来るように窺える。

慣れ親しんだ習慣としての身体射撃記憶が、新たに習得、記憶させようとする射撃動作に身心の抵抗を示す事は珍しくない。

要は、もっと上達したいのか、自分のスキートに向上を果たしたいのか、現在値のスキートのまま、ただ撃っていらればよいのか、と言うあたりの単純な異なりではないかと推量する。

筆者が見知ってきた広く周囲のスキート射撃人は、皆が皆、向上心に溢れ、モチベーション（ヤル気指数とでもしておこう）が高くあった。立ちはだかるスキートの技術的壁に立ち向かい、一つ一つをクリアしてゆく、決して上手ではない、決して技巧的ではなくとも、現在値の自分のスキートを一歩でも二歩でも前へ前へと推し進めようとする気概と心根を有していた。

それは本邦の人々ばかりか、外国の筆者が見知り関わってきた国々の射手、選手に共通して、少しでも自分の射撃を前進させようとする気概が具わっていたように受けとめている。

だからと云って、この文章をご覧いただく皆さんに、「あんたも気概をもってスキートに取り組みなさいよ」と云う積りも、述べているスキートを練習しなさいと推奨する気も毛頭ない。

各人が自分の意思やスキートに対するそれぞれの心の持ちように応じてスキート活動を行っているのであれば、各人のスキート行方は、その人の心の在り方に沿い則った行方を示すことになろうから・・・・・・・・。

ロケート と インターセプティング

舉銃、据銃がスムーズに行えるようになり、トレース（身体ローテーションを伴う銃の移動）も身に付いてきたなら、次の技術段階へと時は移行する。

ロケートとインターセプティング、少々聞き慣れない言葉だとは思いますが、スキートの必須事項である。

下の英文もいつぞやのHP文章の中で記したことがある。

*** Locate target with your eyes before you move your gun.**

* 標的のロケート（位置の視認把握）を、銃を動かす前に行いなさい。

スキートでは標的の飛翔方向とその様子が既知にあるが故に、経験者の多くに標的放出と同時に標的飛翔方向への銃への入力、移動を観察することができる。脳裏にある標的飛行線なり飛翔方向に対して銃の移動を開始してしまうのだが、移動を開始した瞬時に標的の事実に現在の位置の視認、把握は行われぬか希薄な状態にあるようで、飛翔標的に対する銃移動の途中で標的と銃の関係位置をロケートすると云うよりは、当るであろうリードの確保、つまり標的の前方に銃を位置させる事に射撃行動の大半が注がれるようだ。

その銃の移動開始は、経験上の記憶にある標的飛翔イメージ（仮想線）に対して始動しているもので、放出された標的の事実に現在の位置に対して行われる割合が低く、始動そのものが経験上、習慣上のイメージで多く構成されていると観察できる。

経験上の習慣的動作が生じることはワルイことではなく、当然にして、必要なものであることは認めなければならないが、生じる経験上の習慣的動作そのものに消極的あるいはマイナス動作傾向が含有されていないのかと云う点であると思う。

標的が放出された時には、それなりに標的は眼に入っているのだろうから、全く闇雲に標的の飛翔方向に銃が動き出すわけでもなさそうなのだが、＜習慣上の銃の移動軌跡＞ へ向かい動き出す力と ＜実在標的位置の何処かに向けようとする＞ 入力が混入されて動き出している性質にある事が考えられる。

スキート、いやクレ射撃に於いて“イメージ”は大切なものであるには違いないが、大切な点は、各人の有する“スキートイメージ”に誤りが含まれていないか、標的の飛翔事実に限りなく近くそったものなのか、射撃動作感覚のイメージに過多や過少が多く含まれてはいないか、この辺りは要チェックである。

通常行われる練習の動作習慣、運動習慣に則って本人のスキートイメージも構築されて行く。

射撃動作、運動に誤り、錯誤等が混入されていけば、当然、本人のスキートイメージも、そのままの誤り、錯誤を余すことなく含んだスキートイメージで創り上

げられてしまう。

良くも悪くも人々のイメージが色濃く反映されるのがスキートに於いては8番プール・マークで、スキート射台の内、最も習慣的射撃要素に富んでいることは、皆さんの8番射台での射撃経験上に思い当たる節があると思う。

創り上げられてゆくスキート感覚(イメージ)を標的飛翔現実にそったものとする為にもロケートとインターセプトは欠かせないスキート作業である。

ロケート

ロケートとは標的の实在飛翔位置をしっかりと把握認識することで、それは的確な目視によって行われる必要がある。

標的が放出された後、脳裏のスキート習慣上にある標的飛翔方向、または、飛翔進行位置に対して射撃行動(銃の移動、身体の移動等)を決して行わない事だ。標的の放出時に素早く行われるべきスキート運動は舉銃のみである。

射撃動作、運動の根幹は眼にあり、眼の働き、眼からの視認情報により開始され実行される。

より多くの命中を得てゆく為には、眼は確かな標的飛翔事実、確かな標的存在位置を把握認識していなければならない。

「標的をよく視る」と解釈されがちだが、「標的に焦点をハッキリと合わせ目を皿のようにして標的を視るのです」と言っているのではなく、ここでは、標的を<視る⇔感じる>、と理解して頂きたい。

リード射法で撃つならば、銃身の内側どれほどに、どれほどの空間位置に標的の存在が認められるのか、スイング射法で撃つならば、銃身の外側にどれほどの空間距離をおいて標的の存在を感じ認識しているのか・・・・・・まず、眼で標的存在空間をしっかりと把握し、把握認識した状態に応じた射撃動作、運動が実行されなければならない。

標的の未来飛翔位置を視ようとするものでもなく、自分の粗点とでも言おうか、当るであろう空間位置を捉えようとするようなものでもなく、標的の实在位置

を的確に感じ目視することがロケートである。

ロケートさえ上首尾に行なえれば、経験者に於いては、あとは自動的に自分の知る命中への粗点へ銃を移動させてくれることに連結してゆく。

決して、自分の思惑や錯誤の含まれる感じのみで標的の前方、あるいは命中しそうな空間へと銃を運び出してはならない。

インターセプト（インターセプティング）

Intercept（インターセプト）にはいろいろ意味はあるが、スキートに於いては“待ち受ける”とでも理解して頂きたい。

ロケートの後 — 数瞬ではあるが — 放出された標的が、撃銃、据銃された銃先に近づいて（迫ってくる）来る時間帯がある。

それは数瞬であるし、射台によっても、人によっても、数瞬の時間帯の感じ方は異なるものだが、特にリード射法で射撃する場合、標的が銃先に近づいてくる数瞬は誰にでも感じとれることだ。

スイング射法に於いても、銃先を標的がパスしてゆき、銃先前方に標的を認めることが出来るが、銃先を標的がパスし、銃先と前方標的の空間を視認する数瞬がスウィングではインターセプトに相当することになる。

インターセプト（標的の待ち受け）が行えると、リードに於いては銃先が標的に押される現象を感じ、スウィングでは銃先が標的に引っ張られる感じの事象が生じることが普通だ。

つまり、撃銃し据銃完了の後、一瞬の銃身停滞時間があると云うことになり、一瞬の停滞時間がインターセプト時間となる訳で、インターセプトの後、銃身は標的飛翔方向に動くことになる。

停滞と言っても、明らかに銃先が据銃した空間で止まっていると認識可能なものではなく、据銃後、無意識のうちに銃には標的飛翔方向に対する入力が生じているので“止まっている”と云う概念にはない。

動きつつある緩やかな銃先の動きの中で、標的の近づきを認識できるという性質になろうかと思う。

この項の表題で何故インタセプト(インターセプティング)と記したかを説明しておかねばなるまい。

インタセプトは一瞬の銃身の停滞的時間がありその時間帯に行われていると書いた。

が、標的飛翔速度よりやや遅いか、ほぼ等速で銃身が動きつつインタセプトを行われるのが普通で、一瞬のインタセプトを比較的長く継続する場合のインタセプトは現在進行形にあたり **ing** が付いてインターセプティングということになるからである。しかし、どちらにせよ数瞬のことであり、そう長大な時間帯ではない。

インタセプト、標的の待ち受けが出来るようになると、銃身と標的の関係が良く感じられ、リードと云う空間距離が明瞭に認識できるようになる。

そうすると、むやみやたらに銃を振りまわす必要のない事、銃は振るのではなく、飛翔する標的に準じた移動を行えば十分なことに気が付いてくる。

スウィングするのではなくムーヴメント(銃の移動)である事の理解に及ぶ筈である。

ロケート + インタセプト大切な2点であるし、誰しものスキート得点力の源でもある。

再度言おう、ロケートもインタセプトも、眼を皿のようにしてハッキリとピントを合わせて標的を視なさいと云うことではない。

放出された標的の存在位置をよく感じる事、据銃した銃先に標的が近づいてくる感じを受け止める事。ここでは、< 視る ⇔ 感じる > は同義語と理解して頂きたい。

ロケートインタセプトは4番射台で！

ロケートとインタセプトを練習するのは、当初、4番射台のプール・マークで練習すると理解し易い。

広角度標的で標的視認空間も長く広い。

何処の射台でも実質空間は同様なのだが、標的視認視野に比較的対感が強く、急激な眼の移動率が少ない事から脳裏にロケートとインタセプトの感覚映像が刻み易い。

4番射台での練習で印象が薄いようならば、インカマー（迎え矢）ではあるが3番マーク・5番プール標的を使った練習をしてみれば、その全体印象を『こんな感じなのかぁ〜』と理解することは出来る。

が、4番プール、マークの標的の飛翔は、3番マーク、5番プールに比べれば3番・5番のような穏やかさにはないから、印象は異なり、3番・5番の時間的余裕が消え去り、先にも記した数瞬もしくは一瞬であることも理解できることと思う。

その感覚的印象が、一瞬であろうと数瞬であっても、或いはそれより少々長くとも、ロケット（標的の存在を視認）し、インターセプト（待ち受けて）いるスキート行為事実が変わりはなく、命中に貢献することにも変わりは無い。

土台、スキートはより切磋な射撃でよりスピーディーな射撃決断を要する射撃なのだから、連続する射撃動作は数瞬や一瞬がコンバイン（組み合わせ）されているものには違いない。

スピーディーで瞬時的射撃であるのだが、その射撃実際動作は、舉銃を除きスピーディーであってはならない。

素早く舉銃、据銃が完了したならば — 銃の移動は穏やかに — 特にリードに於いては — 標的速度に則った銃の等速移動が好ましい。
とにかく銃を振りまわし、過大な速度で銃をスウィングすることは控えよう。

ロケットとインターセプトが行えるようになれば、自ずと、銃の必要移動速度、移動距離などが見えてきて、私達のスキートに於ける種々の思い違い、勘違いを気づかせてくれる筈のものである。

つづく

Ted