

テコンドー！

こんにちは！国際交流員のスティーブン・キヤネルです。今日はオリンピック競技の一つ、テコンドーについて、競技の概要、見どころ、それから選手の中で誰が強いかを調べてみたいと思います。

まずは、テコンドーとはどんなスポーツでしょうか。その由来とルールをみてみましょう。

実はテコンドーという格闘技は結構新しいものです。創始されたのはたった 60 数年前なのです。朝鮮半島のテッキョン¹と日本や中国の武芸、特に日本の松濤館空手、に基づいている格闘技です。現在、世界にテコンドーをしている方は 8000 万人もいると言われています。電光石火の速さで相手と打撃を応酬しながら、何年にも渡り熟達したかっこいい技を発揮するというのがテコンドーです。



テコンドーは1試合3ラウンドまで行います。1ラウンドは2分です。8メートルの八角形マットで戦い、ノックアウトや相手より得点することで勝負が決まります。オリンピック大会では、打撃を正確に判定できるように、ヘッドギア、プロテクター、ソックスにも電子センサーがついています。

テコンドーでは体の柔らかさがすごく大事です。脚を開けば開くほどリーチが長くなり、相手の攻撃を避けながら相手を蹴ることができます。

蹴りはテコンドーの基本です。テコンドーでは手を使っても良いのですが、胸部へのパンチはたった1点にしかなりません。そのため攻撃のリーチが長くとれ、高い点を得られる脚が基本です。テコンドーの蹴り

¹ テッキョンというのは朝鮮半島の民間の武芸です。手と足を共に使って、相手を投げたり、足払いしたりすることです。世界で初の無形文化遺産と指定された格闘技でもあります。

2019年8月20日

は種類豊富です。回し蹴り、横蹴り、空中回転蹴り、後ろ回し蹴り、それ以上の蹴りもあります。もし蹴りについてもっと知りたい、または蹴りの動画を見たいと思ったら、このウェブサイトをご覧ください：

<https://keritube.com/>

どんな蹴りで攻撃するか、相手のどこに当たるかにより、得点が異なります。頭部にストレートが当たると3点、回転もすれば5点になります。胸部にストレートが当たると2点、回転で4点になります。胸部へのパンチは1点です。頭部へのパンチは禁止されています。逃げたりしてばかりいると、減点になることもあります。

テコンドー競技者は世界に8000万人いますが、その中で東京2020オリンピックに出られるのはたった128人です。誰が出場するかは来年まで分からないのですが、出場の可能性が高そうな人の例を挙げると：豊橋のホストタウン相手国ドイツではAlexander Bachmann選手（男性80kg超級の8位）及びMadeline Folgmann選手（女性57kg級の16位）が強いです。Bachmann選手は2017年世界テコンドー選手権大会で87kg級の金メダルを取りました。日本では山田美諭選手（女性49kg級の25位）、及び鈴木セルヒオ選手（男性57kg級の47位）が強いです。並びに私の国アメリカではPaige McPherson選手（女性67kg級の6位）及びJonathan Healy選手（男性80kg超級の9位）が強いです。McPherson選手は2012年のロンドンオリンピックで67kg級の銅メダルを取りました。それ以外にも強い選手が何人もいます。

誰が出場し、誰が優勝するのか、オリンピックの開幕が楽しみです。