

平行棒における「懸垂前振り開脚抜き、伸身かつ水平位で懸垂」に関する一考察 —チッペルトとの比較を通して—

村田憲亮¹⁾, 平岡駿希²⁾, 植村隆志³⁾, 山下龍一郎⁴⁾

¹⁾鹿屋体育大学

²⁾セントラルスポーツ株式会社

³⁾東海大学体育学部

⁴⁾九州共立大学

キーワード: 平行棒 バブサー チッペルト 比較考察

【要旨】

体操競技の平行棒の技の一つに「懸垂前振り開脚抜き、伸身かつ水平位で懸垂(以下「バブサー」とする)」がある。この技は E 難度に位置づけられおり、2009 年にラージ・バブサー選手によって発表された。現在、指導現場においては「チッペルト」を習得した者が新たに「バブサー」の習得に取り組むように見受けられる。この理由として「チッペルト」の終末姿勢への運動経過に問題があると考えられる。理想像は倒立位であるにもかかわらず、多くの選手は浮き腰姿勢を経過しながら倒立位へ持ち込む実施に傾斜している。またこのような捌きでも、各大会で技として大半が成立していることも否定できない。このことから、浮き腰姿勢を経過し倒立位へ収める未成熟な「チッペルト」よりも伸身かつ水平位で懸垂姿勢へ収める「バブサー」の方が、習得が困難であり習得段階の順序として「バブサー」が「チッペルト」の後に習得されることが多いと考えられる。本研究では、指導現場での一例として還元することを目的とし、被験者 1 名を対象に「チッペルト」と「バブサー」の比較考察の結果からぬき局面、あふり局面、あて局面において運動差異を示すことができた。

スポーツパフォーマンス研究, 7, 113-134, 2015 年, 受付日:2014 年 7 月 8 日, 受理日:2015 年 6 月 22 日
責任著者:村田憲亮 〒893-2393 鹿児島県鹿屋市白水町 1 番地 鹿屋体育大学 Email:murata@nifs-k.ac.jp

A study of the Bhavsar (swing forward, straddle cut backward, and regrasp with the body straight and horizontal) in parallel bars, in comparison with the Tippelt

Kensuke Murata¹⁾, Toshiki Hiraoka²⁾, Takashi Uemura³⁾, Ryuichiro Yamashita⁴⁾

¹⁾ National Institute of Fitness and Sports in Kanoya

²⁾ Central Sports Co., Ltd.

³⁾ Tokai University

⁴⁾ Kyushu Kyoritsu University

Key words; parallel bars, Bhavsar, Tippelt, comparative consideration

[Abstract]

One of the techniques in parallel bars in gymnastics is “swing forward, straddle cut backward, and regrasp with the body straight and horizontal”. This technique, developed by Raj Bhavsar in 2009, is generally called “the Bhavsar”. It is ranked at the E degree of difficulty. At present, at when gymnasts are being coached, athletes who have mastered the Tippelt then start to learn the Bhavsar. This is because the motion leading to the final position in the Tippelt has a problem. Ideally, it should be a handstand, but many athletes complete the handstand after forming a straddled L-sit position. Also, this posture is accepted as a technique at most competitions. This means that the Bhavsar, where the hang is completed by regrasping with the body straight and horizontal, is more difficult to acquire than doing an immature Tippelt, in which the handstand is completed after a straddled L-sit position. Therefore, when learning these moves, the Bhavsar should come after the Tippelt. The present study, which was conducted with 1 participant, aimed to convey this finding to coaches, and suggested motion differences in the hang, tap, and open-chest phases, based on a comparison of the Tippelt and the Bhavsar.