

選手心得

やまびこバスターズ

○ やまびこバスターズの目標

やまびこスケートの森を発信基地として、将来の夢オリンピック選手をこの地域から。スポーツマンシップを踏まえ、子供達の健全な人間形成を。

(やまびこバスターズ会則から抜粋)

○ 目標を実現させるために

パスを重視するとともに、フォアチェック、バックチェックでパックを奪い、ゴールに殺到するスケーティングを中心とした、「人もパックも動くチーム」を目標とします。

ディフェンス面では、プレーヤーはマンツーマンを基本とし、インサイドキープの徹底を目標とし、ゴールキーパーは 1 発目を確実にブロックすることを目標とします。

○ 練習等の参加におけるルール

集合時間

- | | |
|--------------|--|
| ・通常練習 | 練習開始30分前 |
| ・試合(大会、練習試合) | 試合前練習の開始1時間前(別に指定された時間があればその時間まで)控室に集合 |
| ・陸トレ | 開始時間まで |
| ・インライン | 練習開始までに着替えてコートに立てるように |

練習前に行うこと

- ・ウォーミングアップ(ランニング、ストレッチ)を必ず行うこと。 15分
※できればウォーミングアップ前にインナーだけ着替えておくと。
- ・着替え 15分
- ・中学生においては、1年生はゴール、パック、ベストの準備し、2、3年生は1年生の指導、補助をすること。
- ・高学年および低学年においては、監督・コーチからの指示に従うこと。
- ・整氷車出入口の扉が閉まるまではパックは氷上に出さないこと。

着替えについて

- ・リンクサイドで着替える際は、静かに着替えること(特にフィギアがリンクを使用している時)。
- ・着替えた後は、服の整頓をし、防具バックに入れるか、椅子の上にたたんで置いて

おくこと。また、防具バックのチャックは閉めておくこと。

自分達の練習の前にリンクを使っている人達に対する配慮

- ・自分達の練習前にリンクを使用している人達(チーム)があった場合は、その人達がリンクから上がるまで、ベンチにも入らないように配慮すること。ただし、前の時間、バスターズが使用している場合、前の時間の枠の使用者がベンチで着替えをしている場合は可。

リンクサイド等でのスティックの使用

- ・リンクサイド、着替えスペース、ロビー等でのスティックの使用は一切禁止。
- ・練習、大会で他のリンクへ行ったときも同様。

フィギアがリンク使用時のウォームアップについて

- ・フィギアがリンクを使用している場合は、ウォームアップ時に 2 階のランニングコースを使用しないこと。

練習後に行うこと

- ・クールダウン(ストレッチ)
- ・あいさつ
- ・中学生においては、1年生はゴール、パック、ベストの片付けをし、2、3年生は1年生の指導、補助をすること。
- ・ミーティング
- ・高学年および低学年においては、監督・コーチからの指示に従うこと。

服装について

- ・練習参加時、大会参加時の服装は自由とするが、ウォーミングアップ時には運動のできる服装及び靴で参加すること。

練習後の防具バックの整頓について

- ・練習終了時に防具バックをリンク出入口に置く場合、通行の邪魔にならないよう必ず整理整頓をすること。上級生は下級生への整理整頓の指導をすること。

合宿、遠征時(宿泊時)の持ち物について

- ・ゲーム機は持ってこないこと(音楽プレーヤーも不可)。
- ・現金は必要最低限の所持は認めるが、管理は各自で行うこと。
- ・勉強道具を必ず持参すること。

○ 他チーム等の練習参加について

他のチームの練習に参加する際は、メール等でもよいので、必ず監督に事前に報告すること。

他のチームの練習に出た際及び終了時に、そのチーム責任者及びキャプテン等にあいさつをすること。(基本的に着替える前に行う)パックやゴールの出し入れ等を進んで行うこと。

バスターズの他のクラスへの練習参加は原則不可。ただし、そのクラスの監督から要請があった場合あるいは選手の申し出に対して許可のあった場合のみ可。

○ 防具等に関する留意事項

ヘルメットの色について

- ・バスターズのチームカラーは「青」。

パンツの色について

- ・バスターズのチームカラーは「紺」。

ユニフォームの名前について

- ・ユニフォームに入れる名前は必ずローマ字とし、性又は名前のいずれか。(ニックネーム、略称等は不可)

スティック及びブレードテープの色について

- ・蛍光色にペイントされたスティック及びブレードテープは使用してはならない。(市販で蛍光色のものもあるので、購入の際にはショップに確認すること。)

マウスピースについて

- ・マウスピースの使用は 2010-2011 シーズンから義務付けられたので、練習中も必ず使用すること。なお、以下について留意すること。
- ・マウスピースはルール上オーダーメイドのものが推奨されているが、市販のものでもかまわない。
- ・氷上に落ちた場合、発見できないと整氷車の破損につながる場合があるため、全体が白、肌色、透明のものは使用してはならないことになっている。(国内ルール)

防具の正しい着用について

- ・レフェリーは試合の前、整列後に選手が防具を正しく着用しているか確認することになっている。このとき正しく着用していないと、ベンチに警告が与えられる。試合が開始され、警告されたチームのいかなる選手でも、正しい着用について違反をした場合、その選手にミスコンダクトペナルティー(10分)が課せられる。
- ・具体的には、①ネックガードを着用しているか。②ヘルメットのおごひもがゆるくないか。(ゆるみは指1本が入る程度まで)③ユニフォームのすそがパンツの中に入っていないかどうか。④規定されたマウスピースを着用しているか。

- ・お守りが付いている場合はパンツの外に出さないようにしておくこと。
- ・ヘルメットの横の J フックにフェイスガードがしっかりおさまっていること。

防具等の管理について

- ・ヘルメットやスケートのねじは緩みがないか各自で常時点検しておくこと。
- ・スケートのブレードは各自で点検し、定期的に研磨すること。
- ・防具は感謝の気持ちで大切に扱うこと。
- ・予備の靴ひも、ブレードテープ、工具等を必ず防具バックの中に入れておくこと。

○ 一般滑走時の注意事項について

バスターズ選手の一般滑走時ひとりひとりのマナーが周りから見られて、良い行いも悪い行いもチームへの印象につながることを意識してください。
アイスアリーナや一般滑走者の迷惑や妨げにならないよう注意してください。

原則として以下禁止事項とします。

- ・グローブを含む全てのアイスホッケーの防具を着用しての一般滑走は禁止です。
- ・逆走、横切り、鬼ごっこ等は禁止です。
- ・リンク上に物(パイロン・グローブ)を置いてのスケーティング練習は禁止です。

以上