

## 第2回フィンスイミング九州大会開催します！

コロナ禍で思うように活動できない中、オンラインで第1回フィンスイミング九州大会を開催しました。

そして、今回はプールで第2回フィンスイミング九州大会を開催します。九州だけでなく全国のフィンスイミングが大好きな皆さんに参加していただければと思います。そして、九州でフィンスイミングにチャレンジしたいと考えている皆さんが、気軽に参加できる大会にしたいと思っています。

### フィンスイミングとは？

フィンには、ビーフィン（片足ずつ履く2枚フィン）とモノフィン（両足そろえて履く1枚フィン）があります。ビーフィンは、クロールや背泳ぎなどと組み合わせると、推進力は30%アップするといわれています。モノフィンは、イルカの尾ビレのような形をしており、推進力はビーフィンに比べてはるかに大きく、50メートルを13秒台、競泳のクロールより、約1.5倍速いスピードを出すことができます。まさにイルカか人魚です。

### ビーフィン種目について

フィンスイミングのビーフィン競技は、世界連盟で決められたビーフィンの使用が必要で、さらにスノーケルを使います。この種目を国内ではCMASビーフィンと言っています。CMASというのは世界水中連盟のことです。このCMASビーフィンは、道具の調達が難しいこともあり、日本国内ではJビーフィンという独自のビーフィン種目を実施しています。クロールが泳げる選手であれば、だれでもできるビーフィン種目です。スイミングクラブにある練習用のゴムビーフィンでもダイビング用のビーフィンでもOK。このビーフィンを履いて、クロールで泳げばそれがJビーフィンです。

今回は、このJビーフィンを50m、100m、200mの3種目実施します。クロールでの自分の記録より、どのくらいスピードが出るか？チャレンジしてみませんか？