

パワーリフティング（下肢に障がいのある人）

## 1) 競技概要

パワーリフティングは、ベンチプレス台に横臥し、支えたバーベルを胸に降ろし、いったん止めて、再び元の位置にまで、ぶれることなく戻す競技で、何キロ上げられるかを競う。

重い重量をどれだけ挙げられるかという競技は、ウェイトリフティングと同じく、その競技成績は、選手の体重によって左右される。

したがって、男子は48kg級から100kg以上級まで10階級（49, 54, 59, 65, 72, 80, 88, 97, 107, 107超）、女子は40kg級から82.5kg以上級まで10階級（41, 45, 50, 55, 61, 67, 73, 79, 86, 86超以上）に分かれて競技が実施される。

障害別のクラス分けはなく、脊髄損傷、下肢切断、脳性麻痺、下肢機能障害の選手が、体重の区分だけで戦う。

（下記写真は、2008年全日本選手権全景）



## 2) 歴史

歴史は、第二次世界大戦にさかのぼる。戦争で下肢切断や脊椎損傷を負った兵士が、イギリスの病院で、社会復帰をするためのリハビリテーションを始めた。その一環として、上半身を鍛えるためにベンチプレス運動を行ったのが、パワーリフティング競技の始まりといわれる。

リハビリが、やがて、挙上重量を競い合うようになり、競技へと発展していった。

病院で行われていたリハビリテーションである陸上競技種目や、ベンチプレスを集め、ストックマンデ

ビル氏が総合競技会として障害者のスポーツ大会を開き、この大会は、4年ごとに開催されてきた。現在でも、名称は I W A S G a m e (International Wheelchair & Amputee Sports Game) と変わったが、引き続き開催されている。

また、1964年の東京オリンピックの後に開催された東京パラリンピックで、パワーリフティングは競技種目として初めて採用され、国立競技場でパワーリフティング競技が日本に紹介された。以来、毎年パラリンピック競技種目としてパワーリフティングは定着している。

日本国内では、健常者に交じって、パワーリフティング競技が行われてきたが、1999年、シドニーパラリンピックの前年に、日本ディスエイブル（障がい者）パワーリフティング連盟が発足し、以降、毎年2回の競技会と、4年に一度のパラリンピックには、毎回選手を送り込んでいる。

(試合前に整列する選手と役員)



選手の試技模様