

新感覚の水上アクティビティ

スタンドアップパドルボード

立った姿勢のまま、カヌー感覚で水の上を楽しむことができる新感覚のアクティビティ、スタンドアップパドルボード。そんなにユニークなアクティビティにパースシティを流れるスワン川で、読者モデルが挑戦しました。

スタンドアップパドルボードとは

ボードの上に立ち、パドル(オール)を使って水を漕いで水面を進むウォータースポーツ。頭文字をとり、SUP(サップ)とも呼ばれる。ボード上でバランスをとるため、インナーマッスル(体幹)を鍛えるエクササイズの一環としても注目されている。



【About Bike Hire】
Scott Pryerさん
スコット・ブリアー

お店の人に聞く! パースでスタンドアップパドルボード

East Perthでスタンドアップパドルボードのレンタルを行うAbout Bike HireのPryerさんにお話を伺いました。

「一見、難しそうに見えますが、「簡単に立てて面白い!」と体験したお客さんにも好評な、当店でも9ヶ月前に始めたばかりの新感覚でユニークなアクティビティです。パースシティの街並みをボードの上に立ち、水上から眺めることができるというのは、シティのそばというこの立地ならではのよさですよ!」

スタンドアップパドルボードに挑戦してみよう!



はじめて触れるSUPの道具の使い方についてPryerさんから説明を聞く山口さん。

道具を水辺に運び、いざスタート!水上で行なうアクティビティのため、濡れてもよい服装でチャレンジしました。



ボードを川へと運び、水面に浮かべます。

必要なボードやパドル、ライフジャケットはお店で貸してくれます。



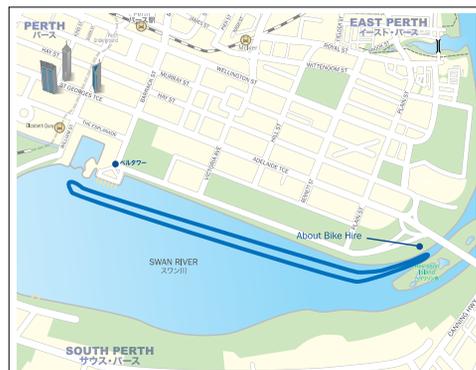
水上でのアクティビティでは、万が一に備え、ライフジャケットの着用をオススメ。

【読者モデル】
山口 保乃華さん
やまぐち ほのか



小学生時代には野球、その後も長距離走や水泳などを経験してきたスポーツ万能な山口さん。将来はキャビンアテンダントになることが目標。今回、スタンドアップパドルボードに挑戦していただきます。

初めて挑戦するので、すごい楽しみです(笑)。転覆しないように頑張ります。



【スタンドアップパドルボードのオススメコース】
・発着場所: About Bike Hire (レンタル店)
・所要時間: 約1時間半



パースシティを望む アクティビティ

Stand Up Paddle Board

体験! スタンドアップパドルボードでスワン川を水上散歩

パースシティを流れるスワン川で、読者モデルの山口さんにスタンドアップパドルボードを体験していただきました。



まずは膝で立ってボードに乗り、パドルで漕ぎながら水面を移動。



バランスをとりながら、ボードの中央に足の位置を定めます。



慣れてきたところで、いよいよボードの上に立ちます!



大成功! パドルを使って漕ぎ進む山口さん。「一度立ってしまえば、簡単でした!」



「パドルを水面スレスレで、縦に真っ直ぐにして漕ぐと、ボードを操縦しやすかったです」と、最後はコツまでつかんだ山口さん。



水上を立てて移動するというSUPならではのユニークな感覚を楽しみながら、スワン川をお散歩。

【体験後の感想】

「一寸法師の気分を味わえます! 最初は、ボードがグラグラしてバランスをとるのが難しいと思いましたが、すぐに慣れて、景色を楽しむ余裕ができました。水面に立って見る景色は、また一味違います! ぜひまた、やってみたいですね」



【スタンドアップパドルボードの取材に協力してくれたお店】

About Bike Hire

(アバウト バイク ハイア)

住所: 305 Riverside Drive East Perth

TEL: 08-9221-2665

ウェブサイト: <http://aboutbikehire.com.au>

料金目安: \$16 ~

営業時間: 5 - 10月 9am - 5pm (平日) / 8am - 5pm (土・日)

11月 - 3月 8am - 6pm

4月 9am - 5pm (平日) / 8am - 5pm (土日)

※レンタル時、身分証明書必須 (免許証、パスポートなど)。

