

アンダーハンド・キャスティングの基礎

The Basic Underhand Casting



アンダーハンド・キャストの基礎



アンダーハンド・キャストとは

アンダーハンド・キャストとは、スウェーデンのヨラン・アンダーソン氏によって確立されたテクニックです。ダブルハンドキャストにおいて、『下手＝アンダーハンド』を主に動かすことからこの名前がつけました。実際には『シングルハンド』『ダブルハンド』を問わず、様々な釣りの場面で有効なテクニックであり、世界中で多くの人が実践しています。

数十年という長い歳月をかけて確立されたこのテクニックは、無駄な動作が省かれた、非常にシンプルで疲れの少ないキャストです。

一度基本を身につければ、誰もが自分のフィールドに合わせたバリエーションを作ることができるでしょう。また、キャスト練習は大変楽しいもので、多くの人にその楽しさを味わっていただきたいと思います。

アンダーハンド・キャストはフィッシングキャストであり、いかに魚を釣るかということが出発点となっています。コンパクトな動作で魚に警戒心を与えることなく、フライラインを常にコントロールし、静かに自分が狙ったポイントに向けてフライを届ける。これがアンダーハンド・キャストの考え方です。

理論的にはオーバーヘッド・キャストと似たキャストであるため、普段オーバーヘッド・キャストで釣りをしている方も、少し練習をすれば同じリズムでキャストすることができるようになります。

実際の釣りにおいては、釣り場の状況に合わせてアンダーハンド・キャスト、オーバーヘッド・キャスト、その他、様々なキャストを用いて釣りをします。

アンダーハンド・キャストは、バックスペースのない場所での釣りを可能にするだけでなく、フォルスキャストなしにキャスト方向を変えられるなど、今まで攻略できなかったフィールドや状況での釣りを可能にしてくれます。誰でも攻略できないいくつかのポイントを、思い浮かべることができると思います。アンダーハンド・キャストを身につけて、難しいポイントにも挑戦してください。

アンダーハンド・キャストの特徴

アンダーハンド・キャストはフィッシングキャストであるため、アンダーハンド用のタックルは全て釣りのために設計されています。そのタックルを使い、後方にラインを伸ばしきることなく、リーダーを体の横で水面にタッチさせた後、オーバーヘッド・キャストと同じループでフライをポイントまで届けることができます。長いリーダーとシューティングヘッドの組み合わせは、常にラインをコントロールし、しかも静かで魚に警戒心を与えることなく釣りをするためのシステムであり、単にロングキャストを目的にしたものではありません。初めのうちはバックスペースのない場所で釣りが可能となることが最大の特徴と思われるかもしれませんが、しかし、実際にアンダーハンド・キャストを習得すれば、その効率的でコンパクトなキャスト動作やフォルスキャストがないことにより、長い時間釣りをしても疲れが少ないことにも気づくようになるでしょう。また、シングルハンド、ダブルハンド、フローティングラインからヘビーシンキングラインまで、同じ動作でキャストすることができることも気づくでしょう。これ以外にも様々な特徴があります。それらの特徴を生かしてご自身のフィールドで試してみてください。

本教本の活用の仕方

本教本はアンダーハンド・キャストの習得のために、連続している動作を分割して解説しています。連続する動作を一つ一つに分けて解説することにより、一つ一つの動作の持つ意味や理論を理解しやすいものとなっています。

練習にあたって

アンダーハンド・キャストの練習の過程では、昨日までできていたことが今日はできなくなってしまったということがたびたび起こります。そんなときは必ず基本に戻って練習をしておってください。一つ一つの動作を思い出し理論を何度も確認してください。一定の時間を費やせば、誰にでも習得できるキャストです。上達するに従って、キャストのちょっとした乱れもなぜそうなったのかを理解できるようになるでしょう。

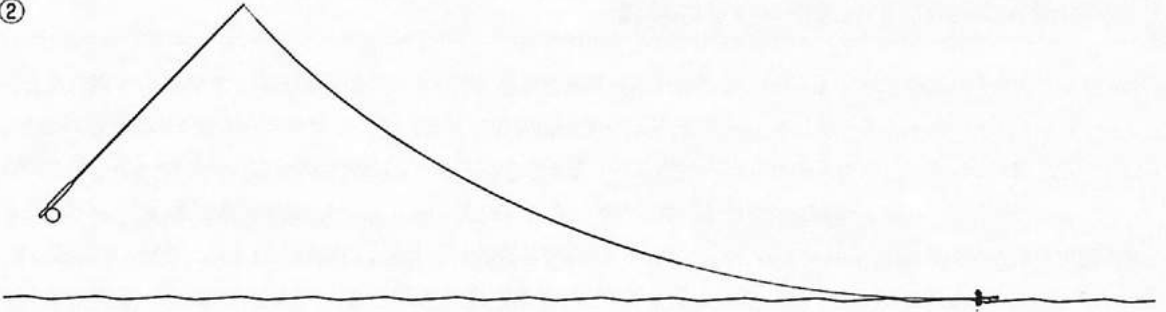
アンダーハンド・キャストイングのイメージ ①

◎アンダーハンド・キャストイング全体のイメージをつかみましょう。

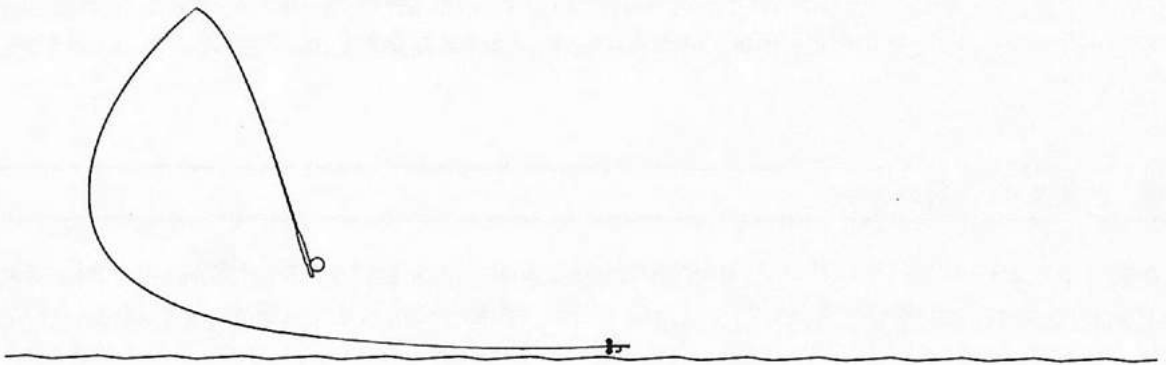
①



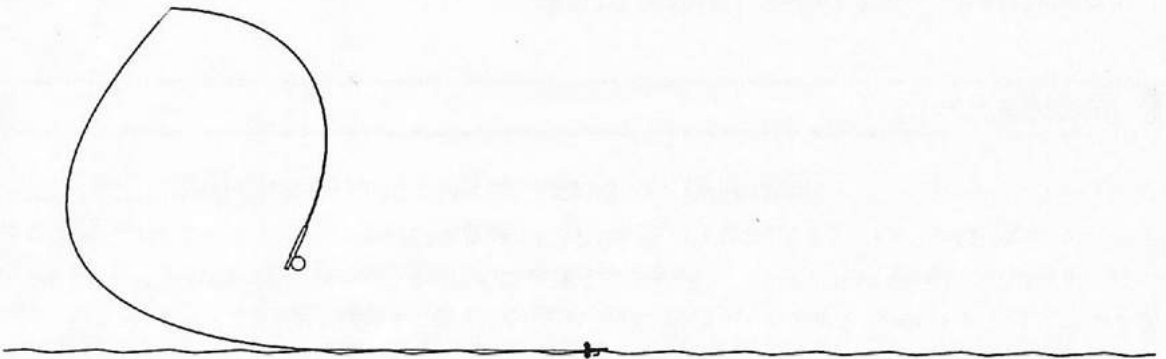
②



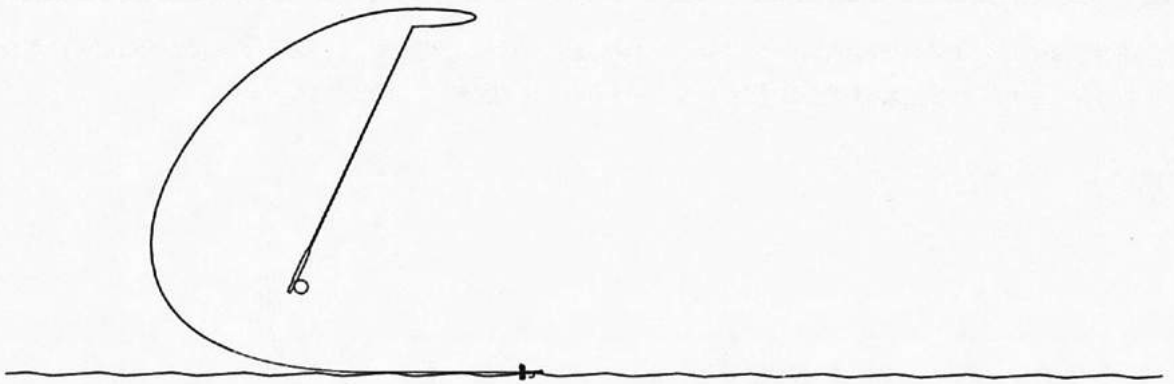
③



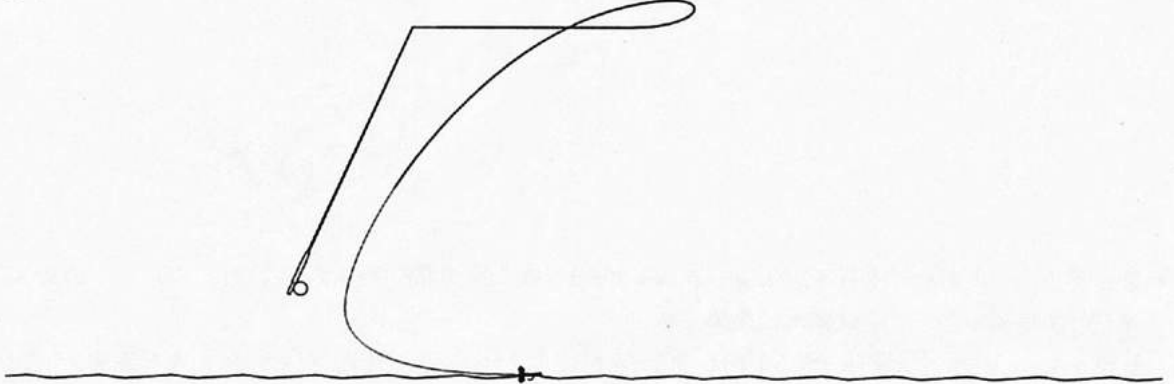
④



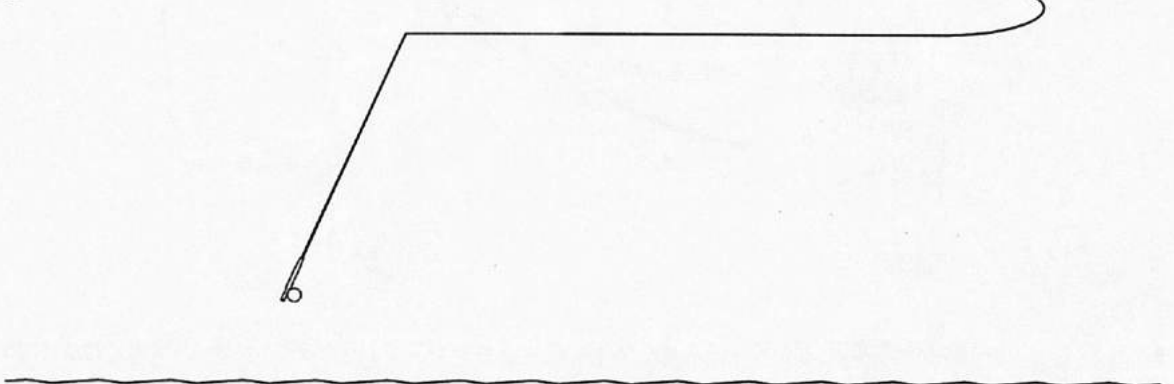
⑤



⑥



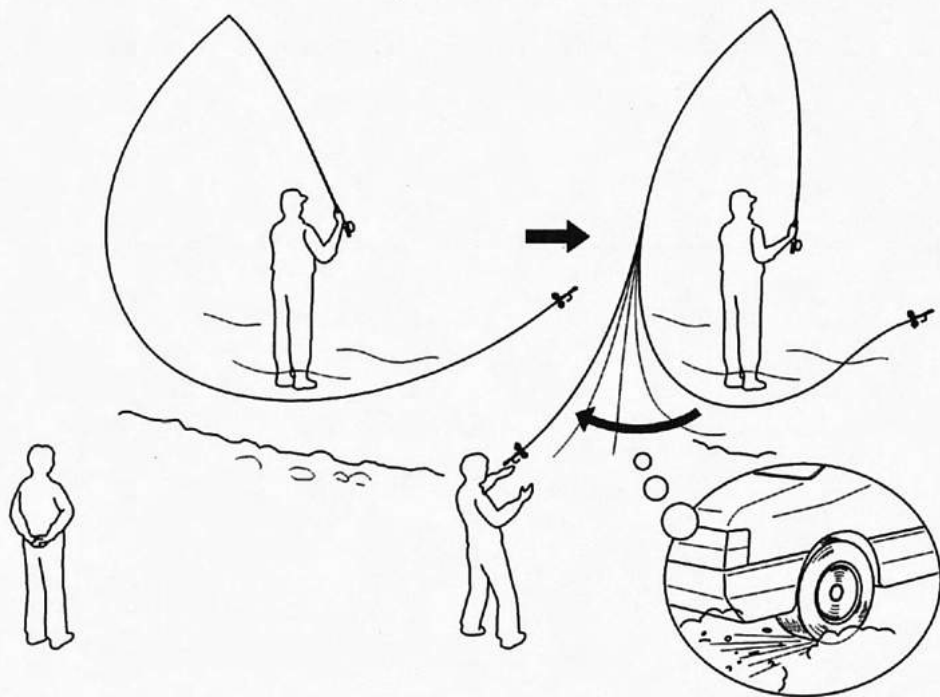
⑦



練習上の注意点

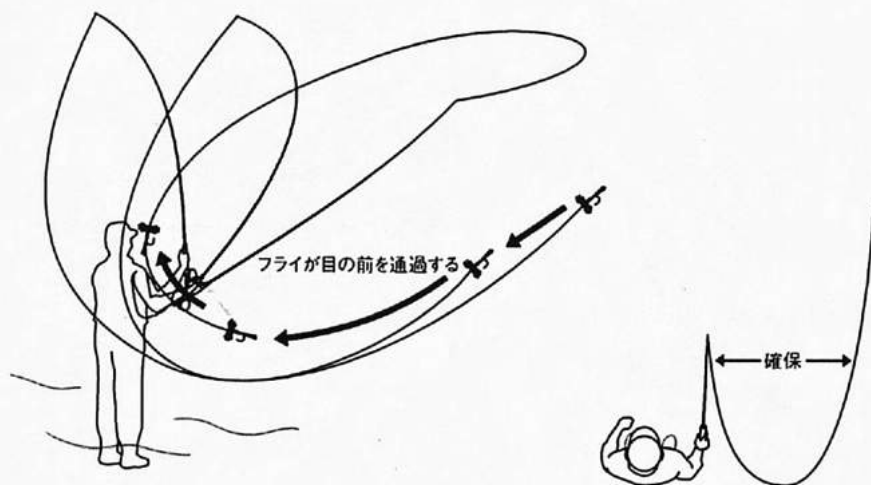
◎練習にあたっては常にまわりに人がいないことを確認して下さい。慣れないうちは下の例のようなことがたびたび起こります。この他にも危険と思われるキャストは即座に中断して下さい。

例 1



- 急激なフォワードキャストを行うことによって、リーダーとフライが、水面に残らず、車のホイールスピンのように後方に跳ね飛んでいくことは非常に危険です。
正確なキャストを習得できるまでは、フライを付けずにヤーン等で代用して下さい。また偏光グラスの着用もお勧めします。

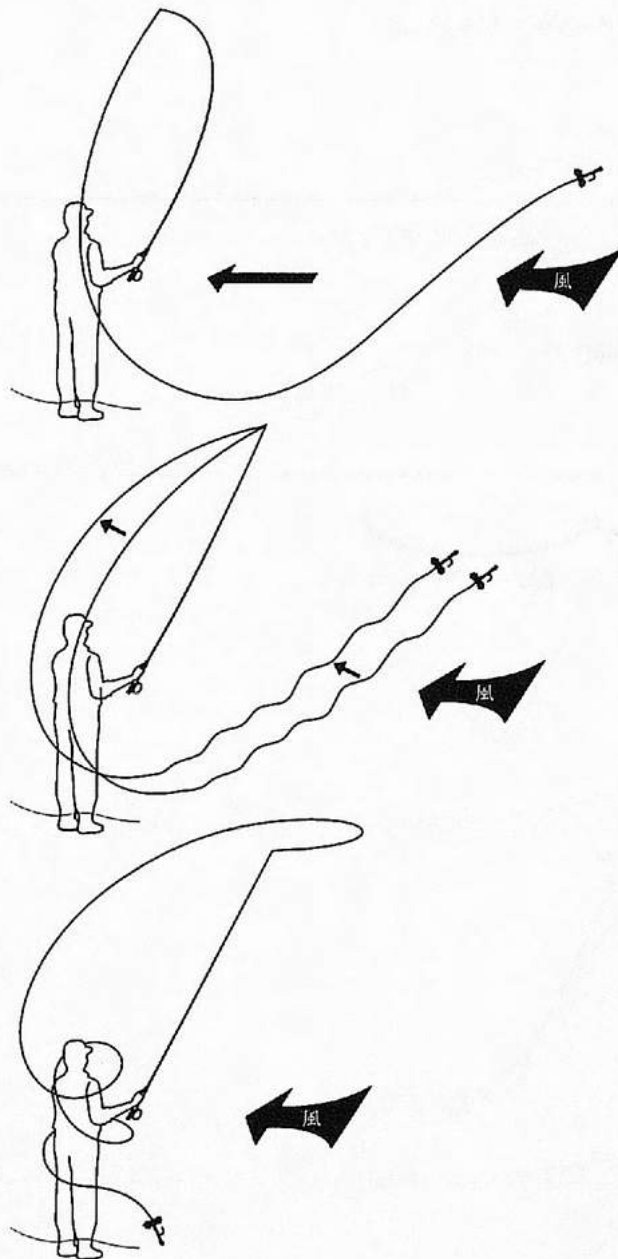
例 2



- リーダーとフライを自分の真正面にタッチさせた場合、自分を目がけてフライが飛び上がることがあります。右図のように安全な距離を確保して下さい。

例 3

- 横からの風に注意してください。特に右からの強風は危険です。



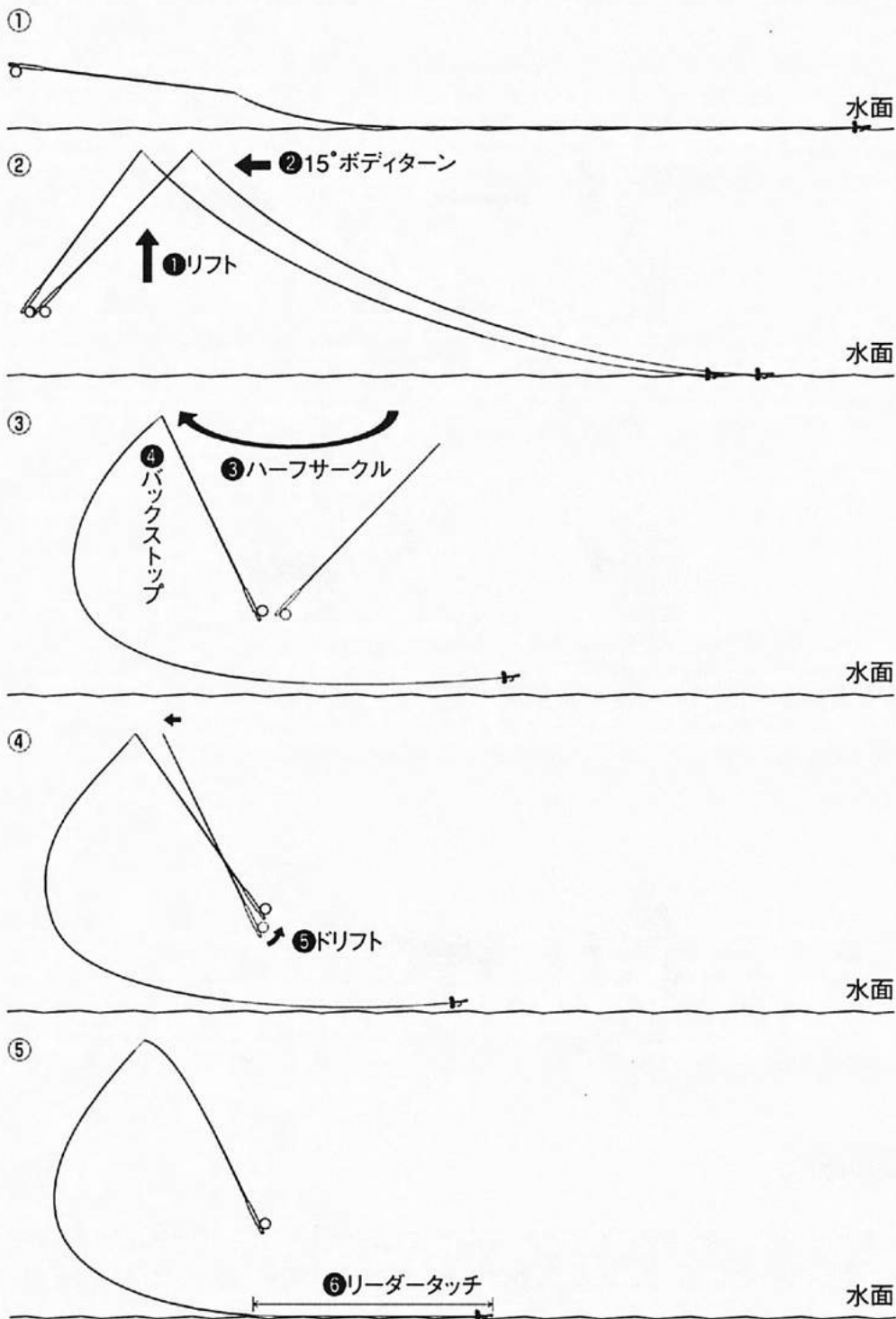
風への対処方法

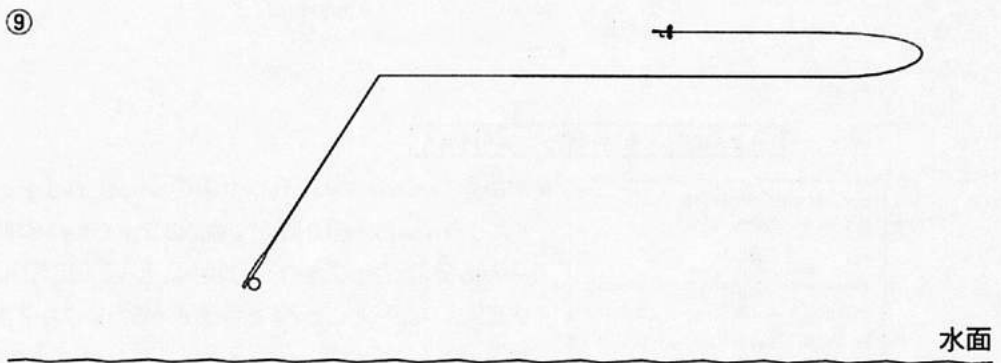
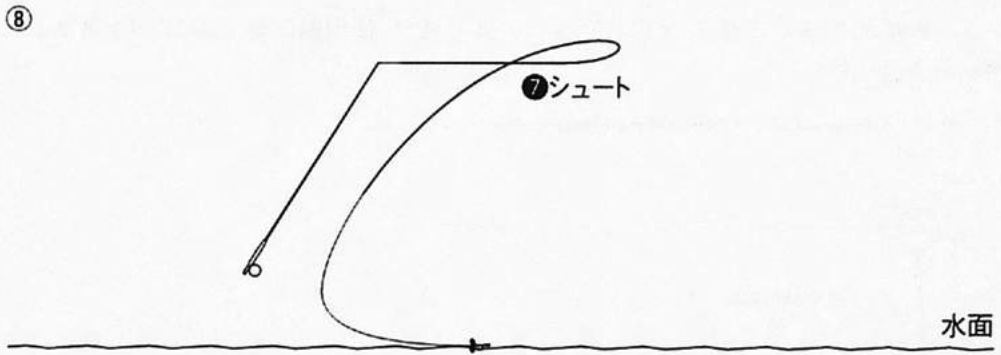
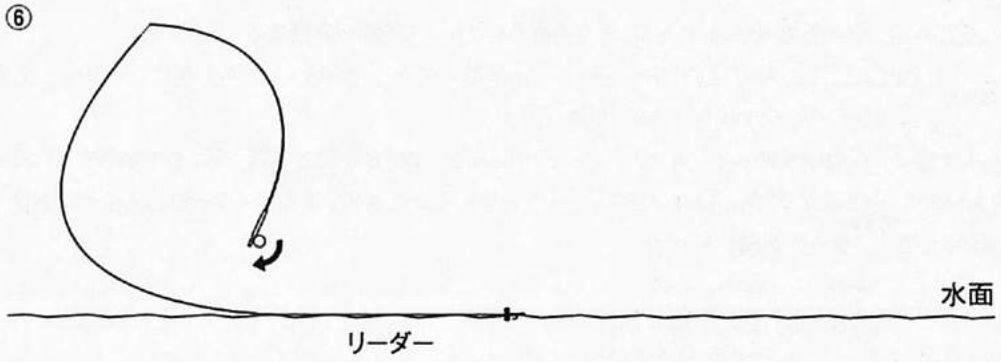
- 上図の場合はバックハンド(身体の左横にラインを持ってくる)やバックスペースがあれば、オーバーヘッド・キャストで対処してください。上級者になれば多少の風でも通常のキャストができるようになります。

アンダーハンド・キャストのイメージ ②

◎ここでは連続する動作の中の重要な要素を意識して、イメージをつかんでください。

- ① リフト ② ボディターン ③ ハーフサークル ④ バックストップ ⑤ ドリフト ⑥ リーダータッチ
⑦ シュートの7つのイメージをつかみましょう。



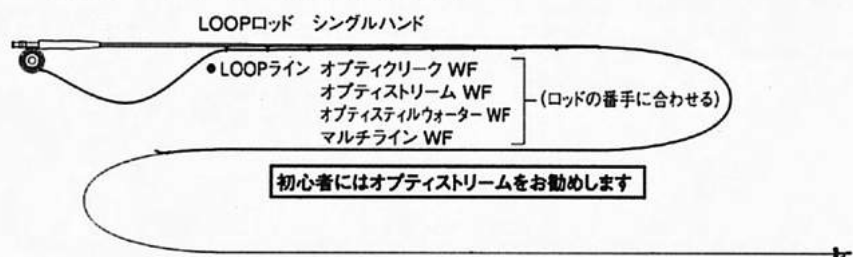


タックルの準備 (シングルハンド)

◎下図のようにタックルをセットしますーロッドが4番ならラインも4番を選びます。

小溪流用にはオプティクリーク (WF2F~4F)、河川用にはオプティストリーム (WF3F~9F)、止水用にはオプティスタイルウォーター (WF3F~9F)を選びます。

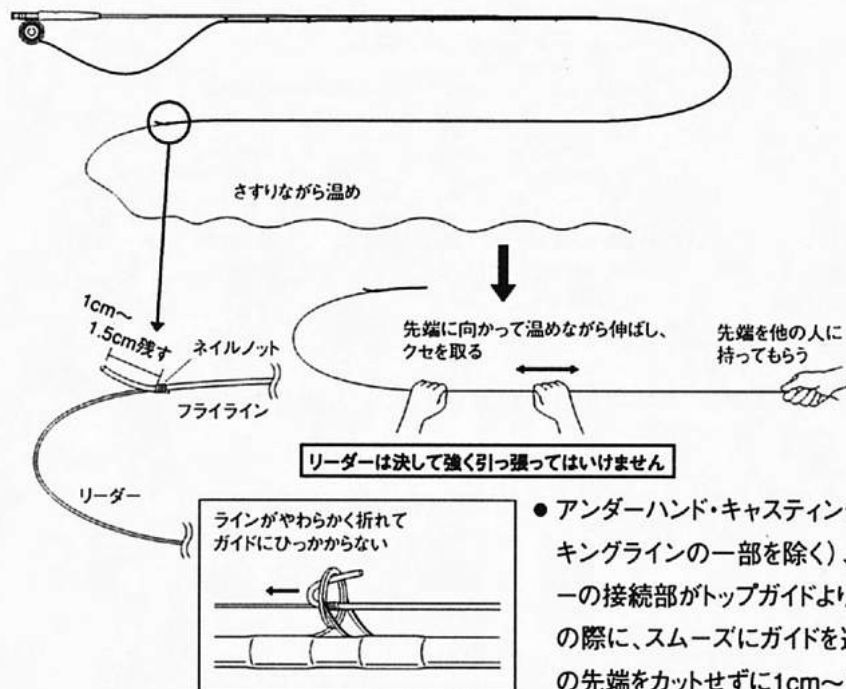
またマルチラインにはクリアインターミディエイト (WF5~WF8)とタイプⅢ (WF5~WF8)のシンキングラインがあります。はじめての人にはオプティストリームをお勧めします。またリーダーはLoopマルチライトリーダーまたはマルチリーダーをお使いください。



- リーダー (標準的な使い方)
 - #2~#5 LOOPマルチライトリーダー+4X60cm+状況に応じたティベット0.7m~1.3m
 - #5~#7 LOOPマルチリーダー+2X70cm+状況に応じたティベット1m~1.5m
 - #8 (フライサイズ#6~#12) LOOPマルチリーダー+0X1m
 - #8 (フライサイズ#4以上) LOOPマルチリーダーの先端を50cmカット+状況に合わせたティベット1m~1.5m

- フライは危険防止のため慣れるまではヤーン等で代用してください。
- アンダーハンド用のフライラインは全てシューティングヘッドとなっています。ヘッドの長さは番手に応じて、オプティクリークで6.2m~6.6m オプティストリームで7.1m~9.1m オプティスタイルウォーターで9.1m~10.4mとなっています。

◎リーダーの準備ーリーダーはフライラインにネイルノットで結び、使用前に必ずストレートになるように手で温めながらクセを取ります。



- アンダーハンド・キャスト用のリーダーは長い(シンキングラインの一部を除く)、魚とのファイティング時、リーダーの接続部がトップガイドよりも中に入ったり出たりします。その際に、スムーズにガイドを通過させるためにもフライラインの先端をカットせずに1cm~1.5cmくらい残しておきます。

ロッドの握り方 (シングルハンド)

◎アンダーハンド・キャスティングでは図1のようにロッドを握ります。

ロッドはまわしたり、左右に動かすことも多いため、親指と人差し指で両サイドを軽く支え図2のように手の平の部分に力を入れます。(アンダーハンド・キャスティング用のタックルではそのままオーバーヘッド・キャスティングができます。オーバーヘッド・キャスティング時も同じようにロッドを握ります。)

図1

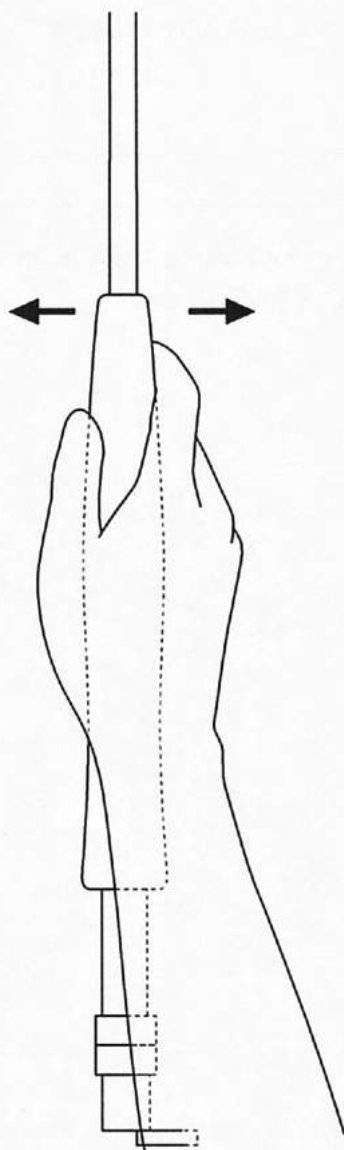
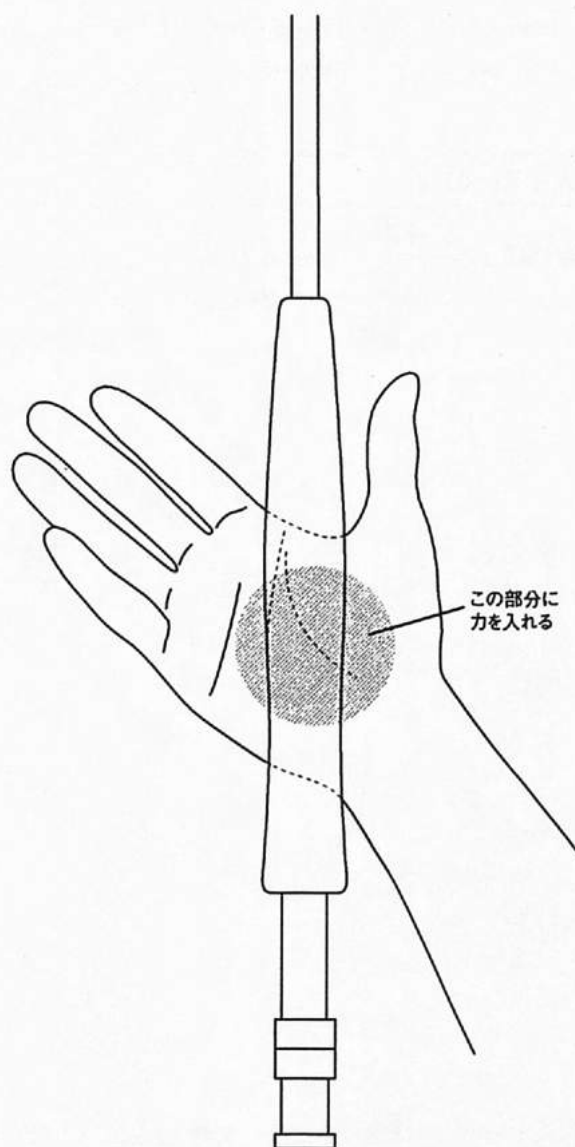
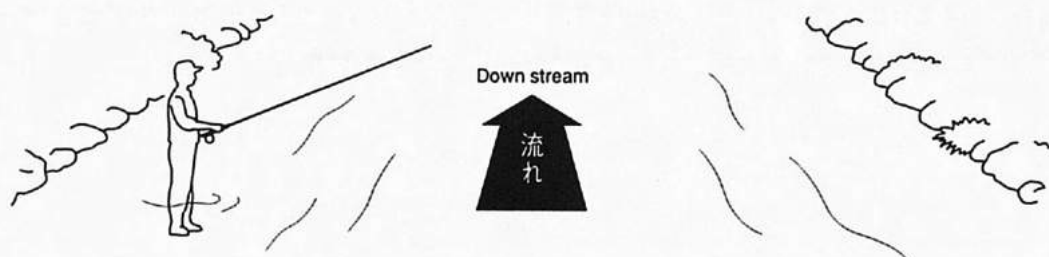


図2



練習場所の選定

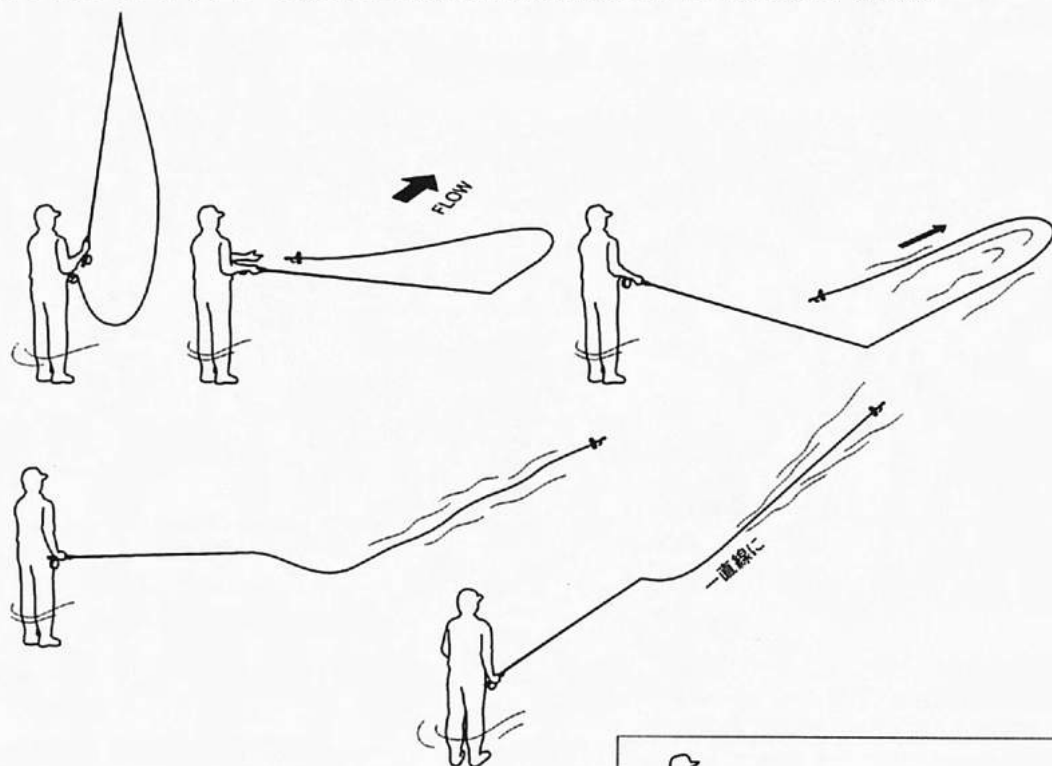
◎はじめてアンダーハンド・キャストを練習する方は川で、下流に向かって左側の岸(左岸)を練習場所とするとよいでしょう。ひざ下くらいに浅めにウェーディングしてください。



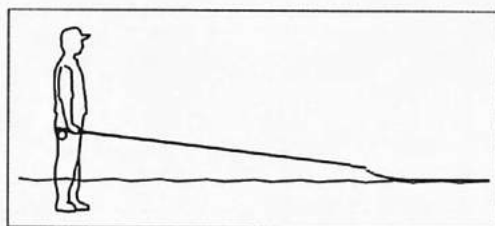
- アンダーハンド・キャストは川・湖・海と場所を選ぶことなく釣りができますが、慣れるまでは川での練習をお勧めします。近くに川がない場合は池や湖などの止水でも構いません。

キャストの準備

◎練習場所が決まったらタックルを準備して、フライラインを下図のように下流に向かって真すぐに伸ばします。ロッドティップを下げてラインを流れにのせ、水の抵抗を利用してラインを伸ばしていきます。

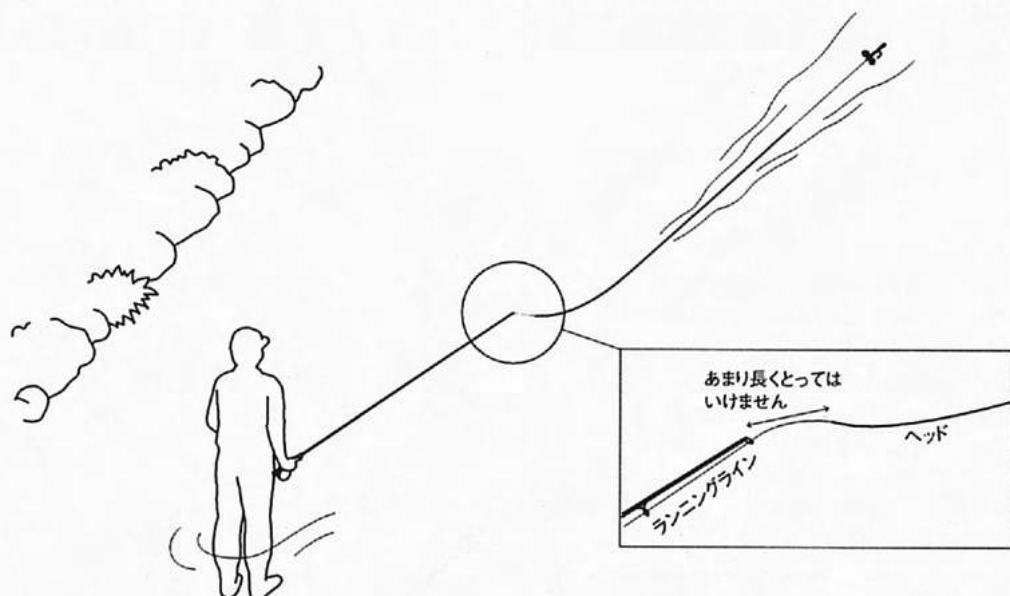


- ダブルハンドロッドにおいてもできるだけ、上図のようにラインを静かに伸ばしましょう。魚をに警戒心を与えることなく釣りをすることが身につきます。
- 止水ではロールキャストなどでラインを伸ばしてください。



トップガイドからヘッドを出す

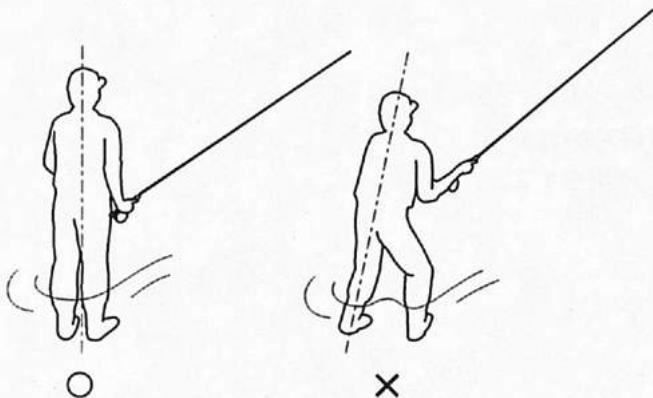
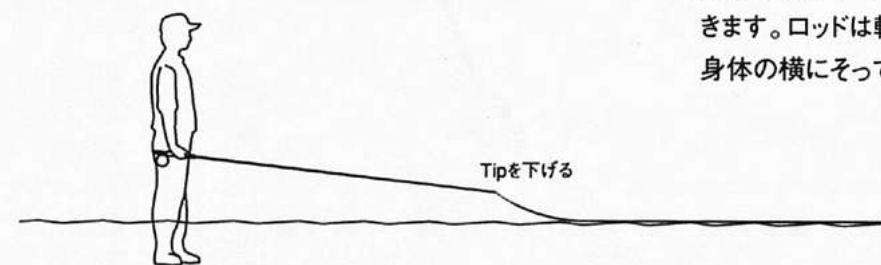
◎ヘッドをトップガイドから完全に出しましょう。アンダーハンド・キャストのタックルでは、ヘッドの重量はロッドに対して最適になるように設計されています。距離はランニングラインを伸ばすことによって調整します。



●近距離のキャストの場合、ヘッド部がトップガイドより中に入ることがあります。

スタンス

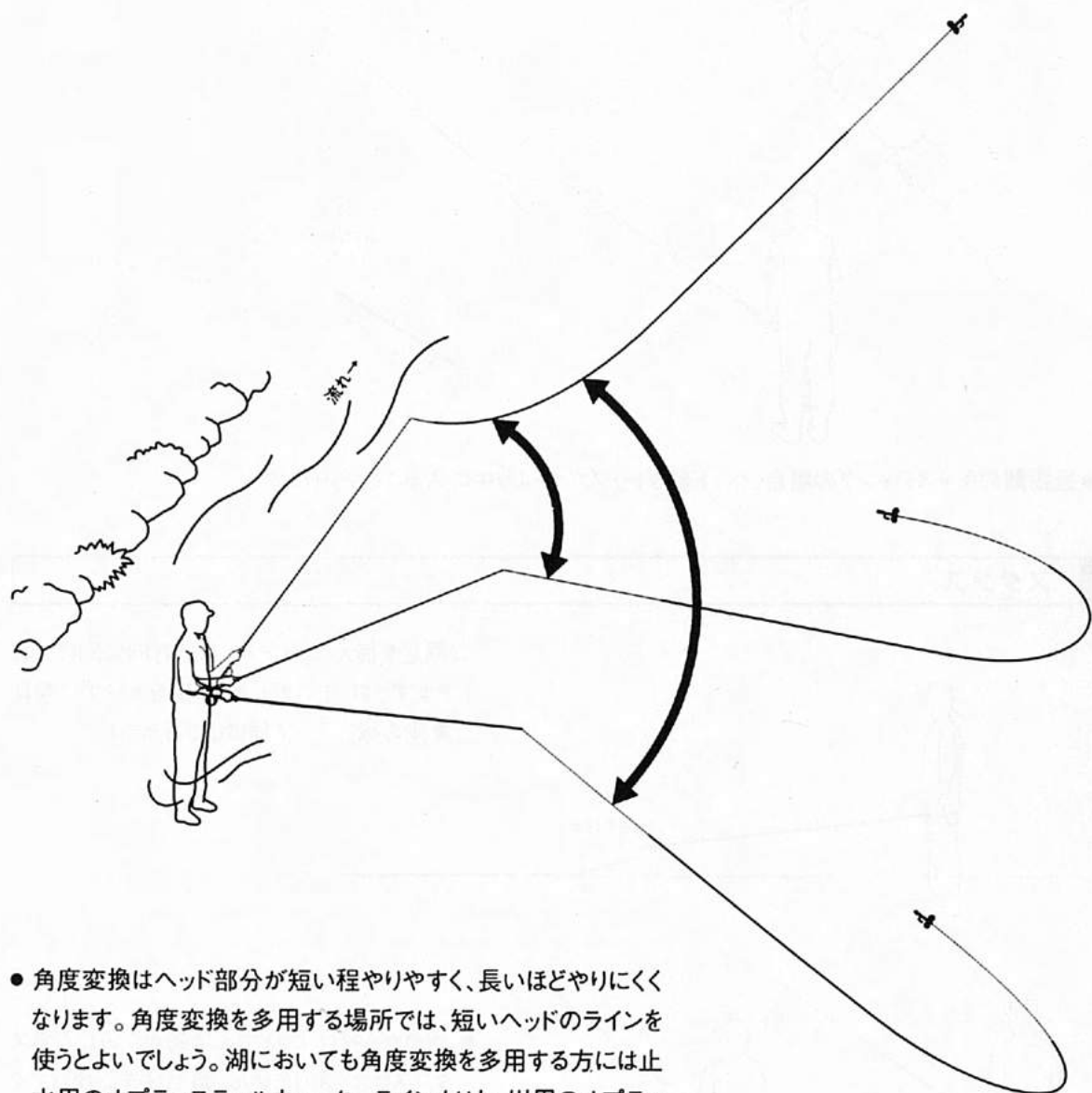
◎両足を揃え、シュートしたい方向に向けておきます。ロッドは軽く握り、脇をあけずに腕は身体の横にそって伸ばしておきます。



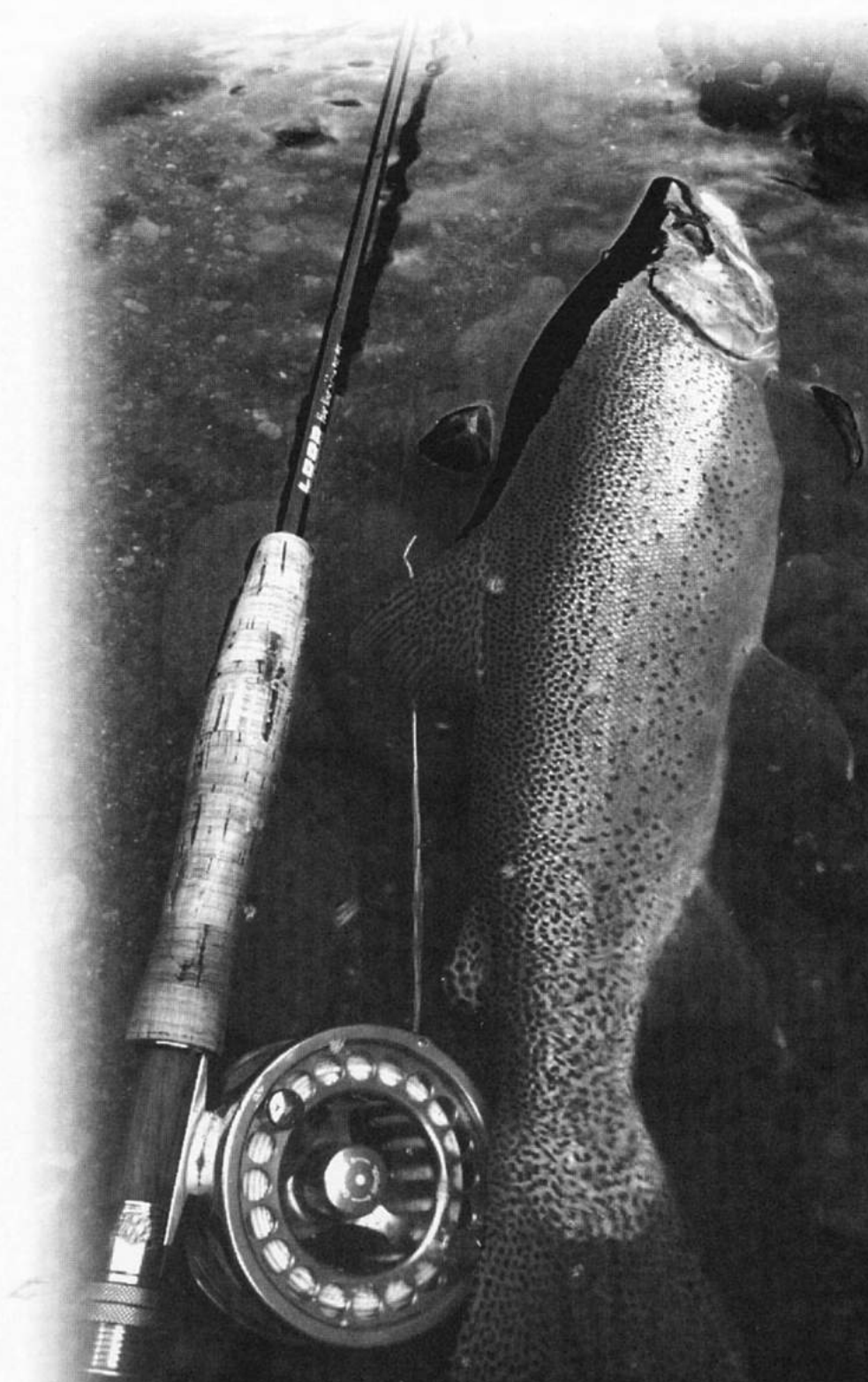
●初めから投げようと力んで前かがみになるスタンスはよくありません。自然体を心掛けてください。

角度変換

◎角度変換とは、キャスト自身を基準として、キャストする方向を変えることを意味します。実際の釣りでは、様々な場面で角度変換をしますので、練習でも下流に流しきったラインを角度変換してシュートするようにしてください。

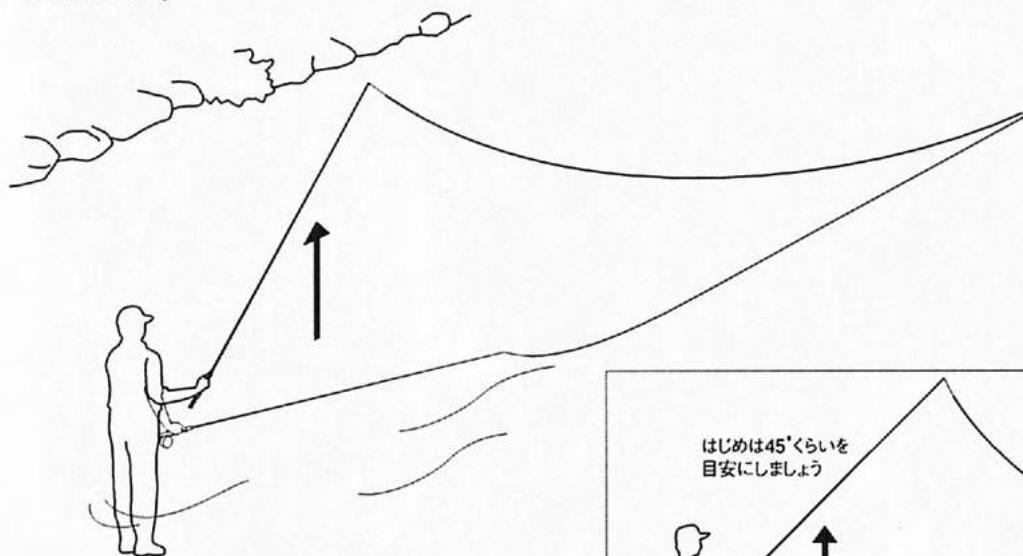


- 角度変換はヘッド部分が短い程やりやすく、長いほどやりにくくなります。角度変換を多用する場所では、短いヘッドのラインを使うとよいでしょう。湖においても角度変換を多用する方には止水用のオブティスタイルウォーターラインよりも、川用のオブティスタイルラインをお勧めします。

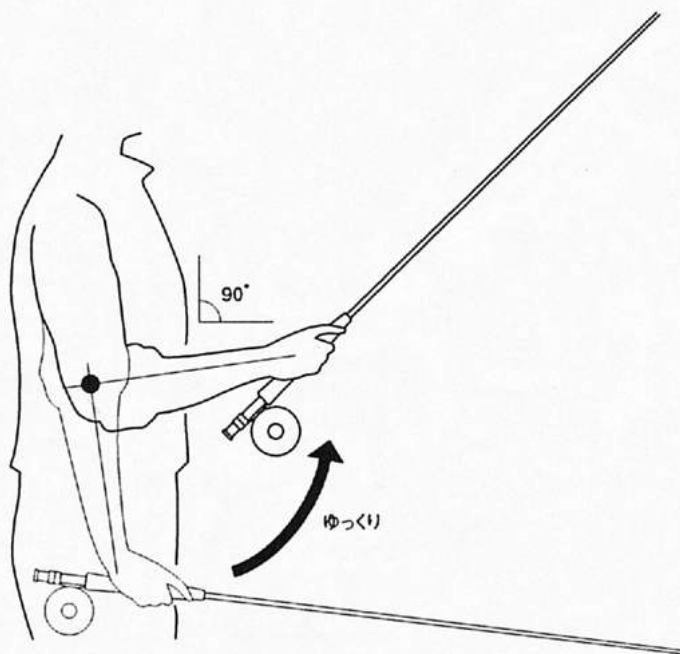
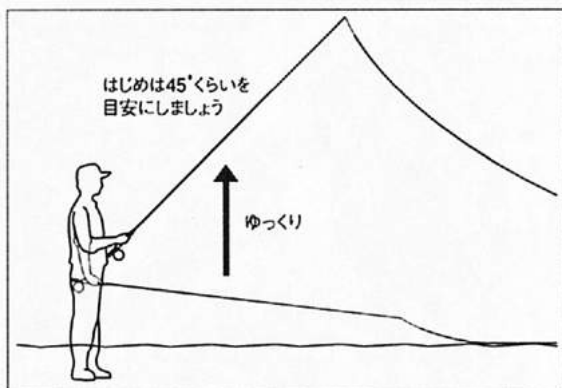


① リフト

◎下流にラインを伸ばしきったらリフトを行います。リフトとは、ロッドを持ち上げることによって水面からフライラインを離す動作のことで、リフトをしないと、ライン全体が水面に張りついたままで、ラインを移動することができません。



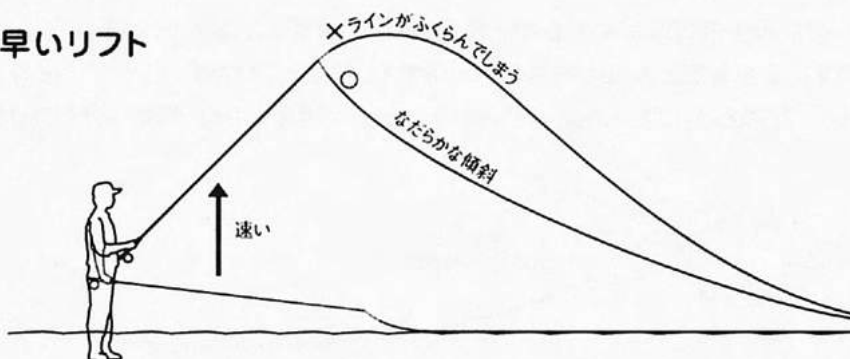
- リフトは非常に大切な動作です。必ずゆっくり行ってください。水面を利用するアンダーハンド・キャストにおいては、早いリフトはキャスト全体のリズムを崩してしまいます。



- リフトは肘を支点にしてゆっくり行い、腕全体が90°になるくらいで完了させましょう。

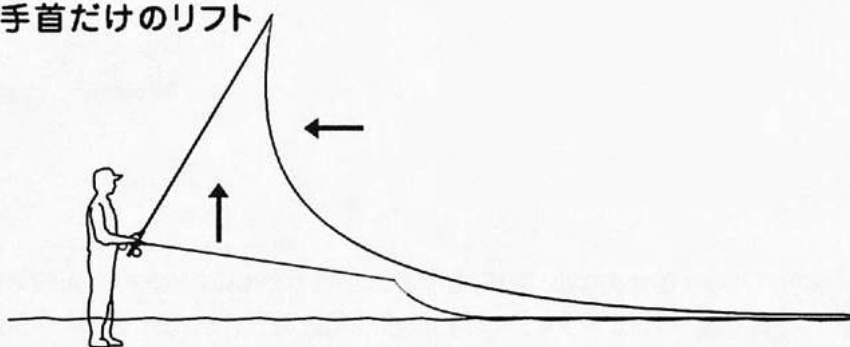
リフトの失敗例

失敗例 1 早いリフト



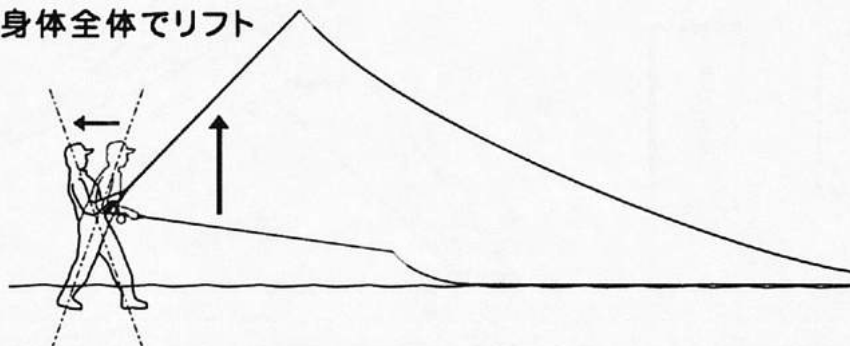
- 早いリフトで、水面から離れたラインが跳ね上がることはよくありません。跳ね上がったラインは、その反動で必ず下がり、その後のキャスト途中に水面にぶつかってしまいます。水面を利用するアンダーハンド・キャストでは、フライラインがこのような動作によって不安定に上下するとラインをコントロールできなくなって、正確なキャストができません。

失敗例 2 手首だけのリフト



- 手首だけで行うリフトもよくありません。ロッドが立ちすぎてラインが手前に寄りすぎてしまったりします。結果的にラインが余ってコントロールできなくなってしまいます。

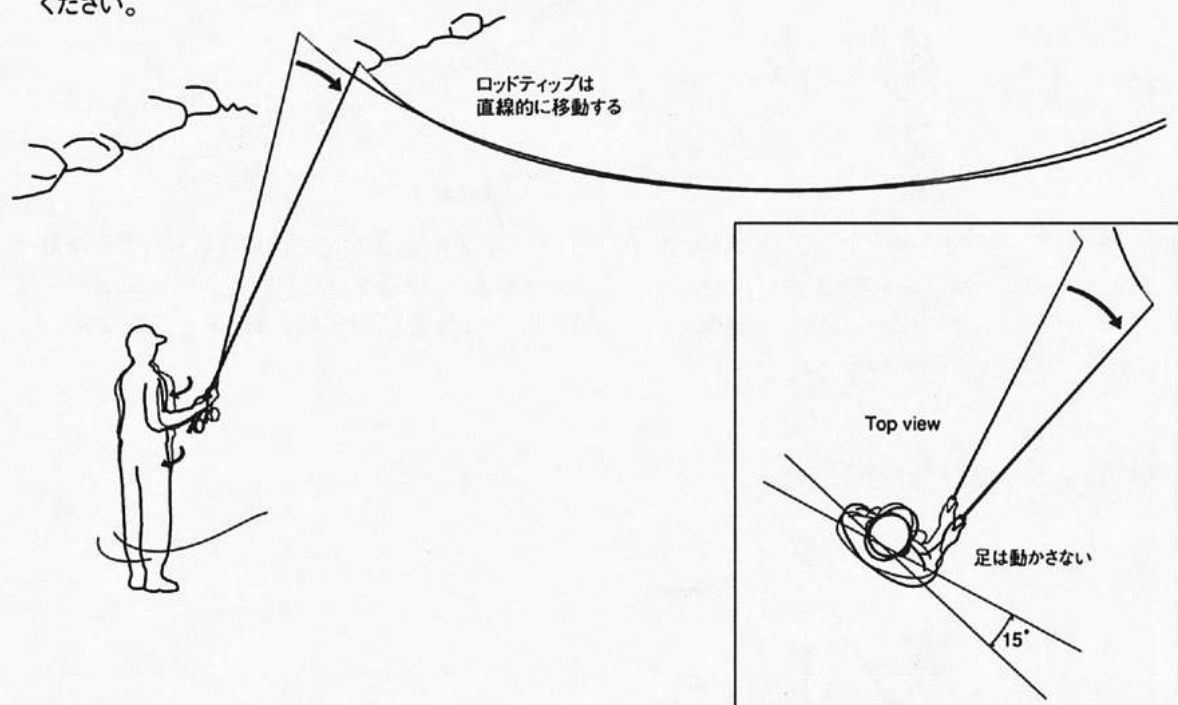
失敗例 3 身体全体でリフト



- 身体を前後してリフトするとラインをコントロールできなくなり、精度に欠けるキャストとなってしまいます。シューティングヘッドを使うアンダーハンド・キャストにおいては、コンパクトでゆっくりした動作を心掛けてください。

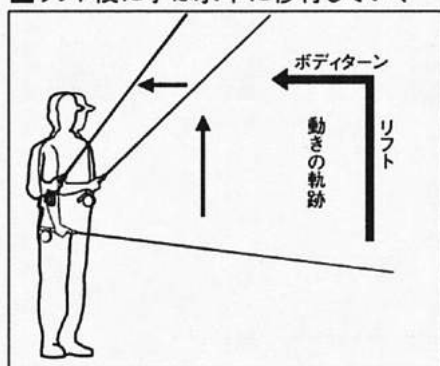
② ボディターン

◎ボディターンはリフトが完了した次の動作です。足はそのままにして(あらかじめシュートしたい方向に向けておく)動かさずに上半身を左側に15°開いていきます。腕だけで行わず、リフト完了後の上半身をそのまま保ちながら行ってください。またリフトとボディターンは動作を明確に分け、同時に行うことがないようにしてください。

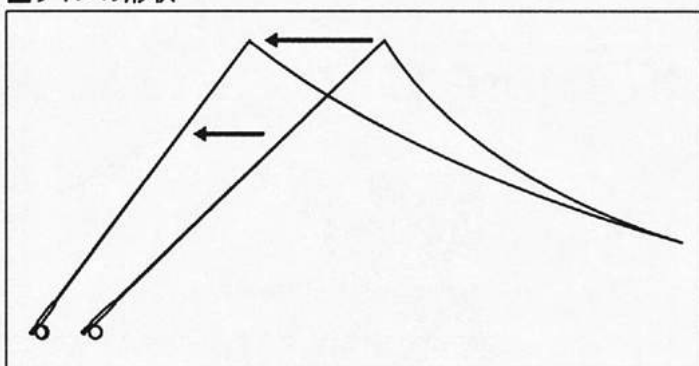


●ボディターンは非常に小さな動作のため、省略してしまったり忘れがちになりますが、正確で安定したキャストイングのために必要な動作です。ボディターンは、大きく移動しはじめるフライラインとリーダーを、しっかり安定させコントロールするための基盤作りと考えてください。

■リフト後に手は水平に移行していく



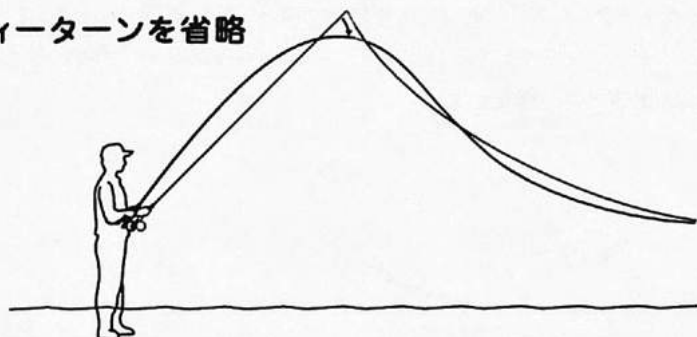
■ラインの形状



●左図のように、リフトとボディターンは動作を明確に分けて行って下さい。ボディターンでは、上半身の開きに伴い手は水平に移動していきます。DVDの中では、この動作はほんの一瞬のためわかりにくいと思いますが、必ず意識的に行ってください。また右図のようにロッドティップを直線的に移動させ、飛行しはじめるラインの動き出しを安定させるようにしてください。

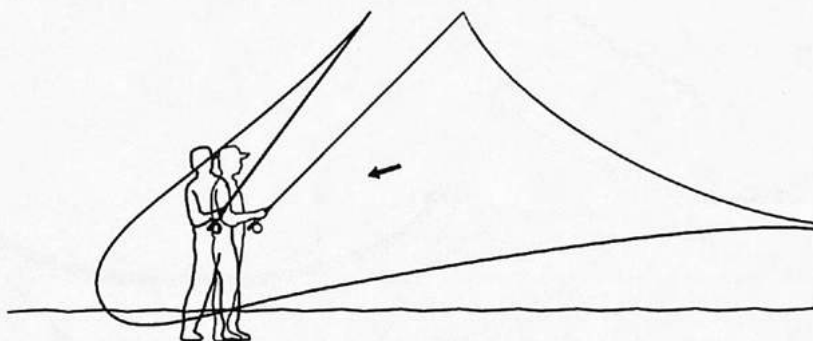
ボディーターンの失敗例

失敗例 1 ボディーターンを省略



- ボディーターンを省略して腕だけでラインを呼び込んでくると、多くの場合、ロッドティップが波打ってそれに連動してラインも波打ってしまいます。飛行しはじめるラインを安定させるための基盤作りができずに、キャスト全体が不安定なものとなります。

失敗例 2 身体全体でラインを呼び込もうとする



- 身体全体を使ってラインを移動させることにより、ラインが加速しコントロール不能となって、オーバーヘッド・キャストのように後方へ飛んでいってしまいます。

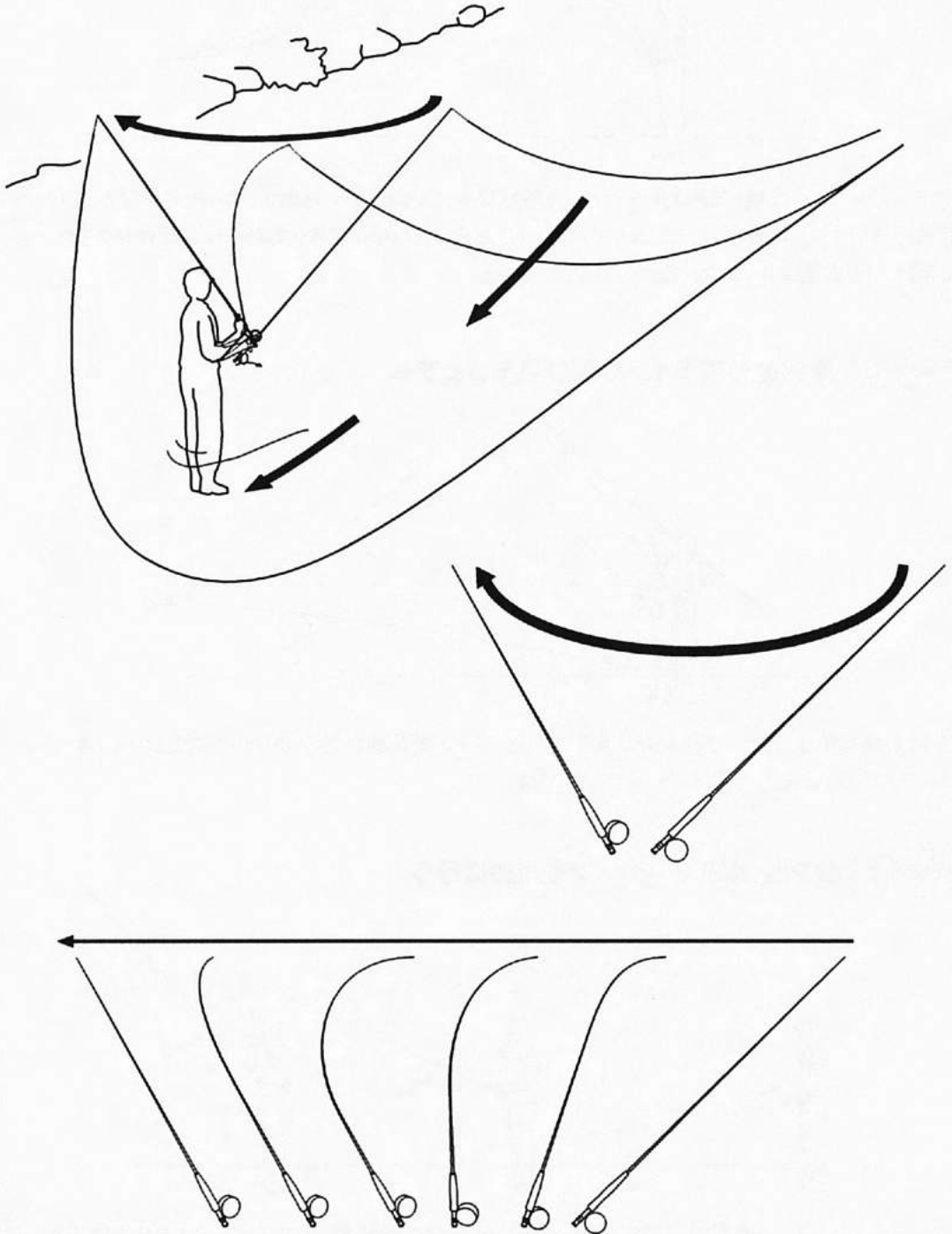
失敗例 3 リフトとボディーターンを同時に行う



- リフトとボディーターンを同時に行い、斜め右上に直接ロッドを移動されることも、よくある失敗のケースです。この場合も、ラインをコントロールできなくなってしまいます。

③ ハーフサークル

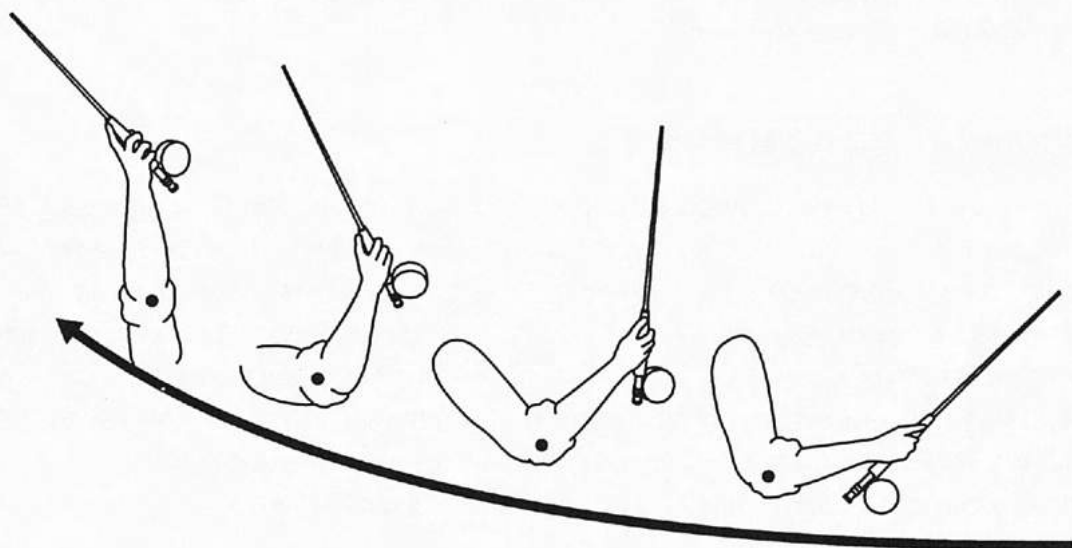
◎ハーフサークルは、ボディーターン完了後、ロッドを身体の右外側を半円を描くようにして、バックストップまで持っていく動作のことです。ハーフサークルは、アンダーハンドキャスト独特の動作です。ハーフサークルによって、ラインははじめて大きく移動します。



●ハーフサークルではロッドティップを直線的に移動させます。

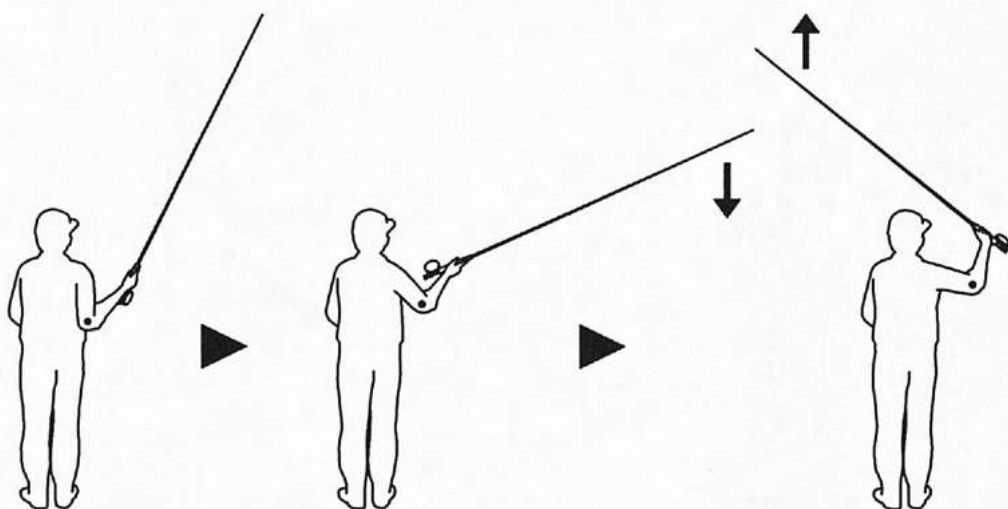
ハーフサークルの失敗例

失敗例 1 ハーフサークルで腕が大きく上がっていく



- ハーフサークルは脇を開けずに行ってください。オーバーヘッド・キャストのバックキャストのように、腕全体を大きく上げないようにしてください。

失敗例 2 ハーフサークルでロッドティップが上下する



- ハーフサークルにおいては、ロッドティップを直線的に移動させることを意識してください。ラインの負荷と引っぱり合ったりして、ロッドを上下させないようにしましょう。

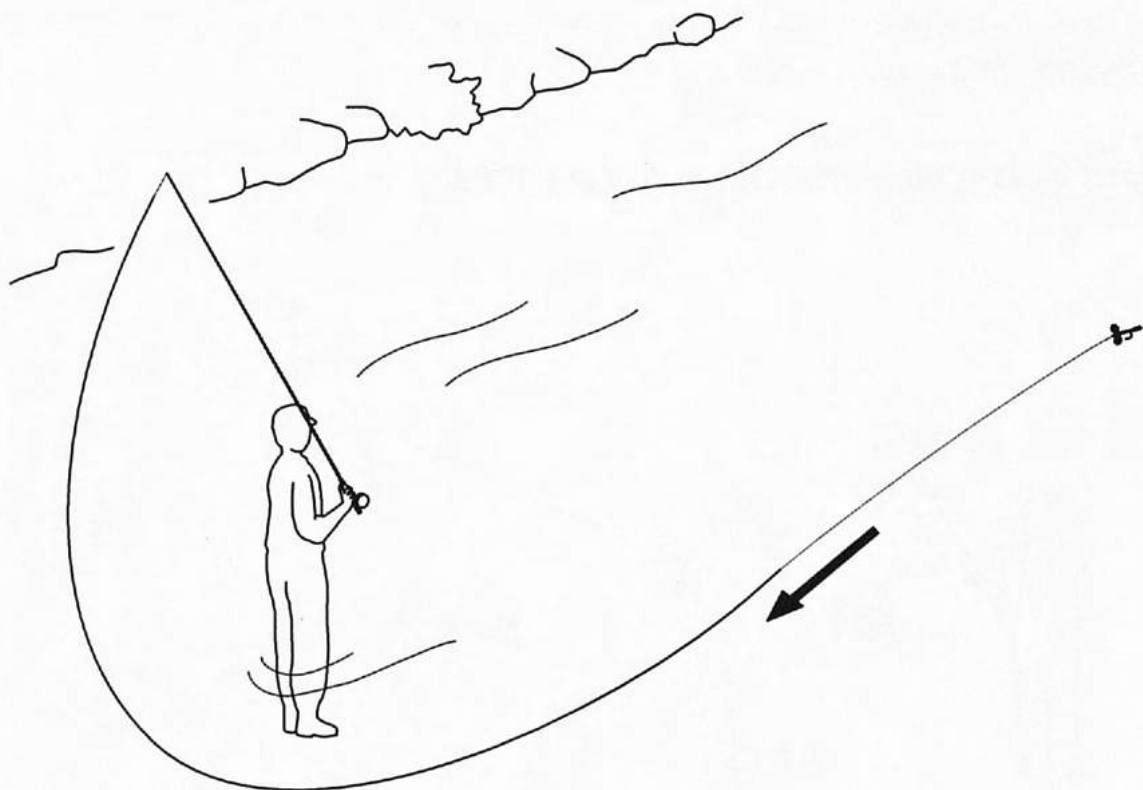
④ バックストップ

◎バックストップは動作ではありませんが、ハーフサークル完了後に必ず含まれる要素です。リフト⇒ボディーターン⇒ハーフサークルまでは明確な動作の区分けを意識しながらも、動きとしてはつながっています。しかしバックストップでは意識的にロッドを止めて下さい。ロッドは耳の横を目安として止めます。(ハーフサークルは、耳の横を目安として完了させてください)

バックストップに含まれる重要な意味

ハーフサークルにおいてはラインが大幅に移動します。この時、ロッドはラインの負荷によって大きく曲がりま
す。ロッドが曲がるということは、ハーフサークル完了後のバックストップの時点でも、なおラインは飛行中とい
うことです。つまり身体の動作(ハーフサークル)が完了(バックストップ)した後に、ラインがロッドの曲がった
分のタイムラグを経て後から追従してくるのです。バックストップ時は、その飛行するラインを目で追いながらコ
ントロールする瞬間が発生します。このことは、ラインをコントロールすることを意味するだけでなく、バックスト
ップの後に行われるドリフトができるということも意味します。常に動作が先に完了し、ラインがそれを追って飛ん
でいき、そのラインをコントロールすることによって、正確なキャストが可能となるのです。

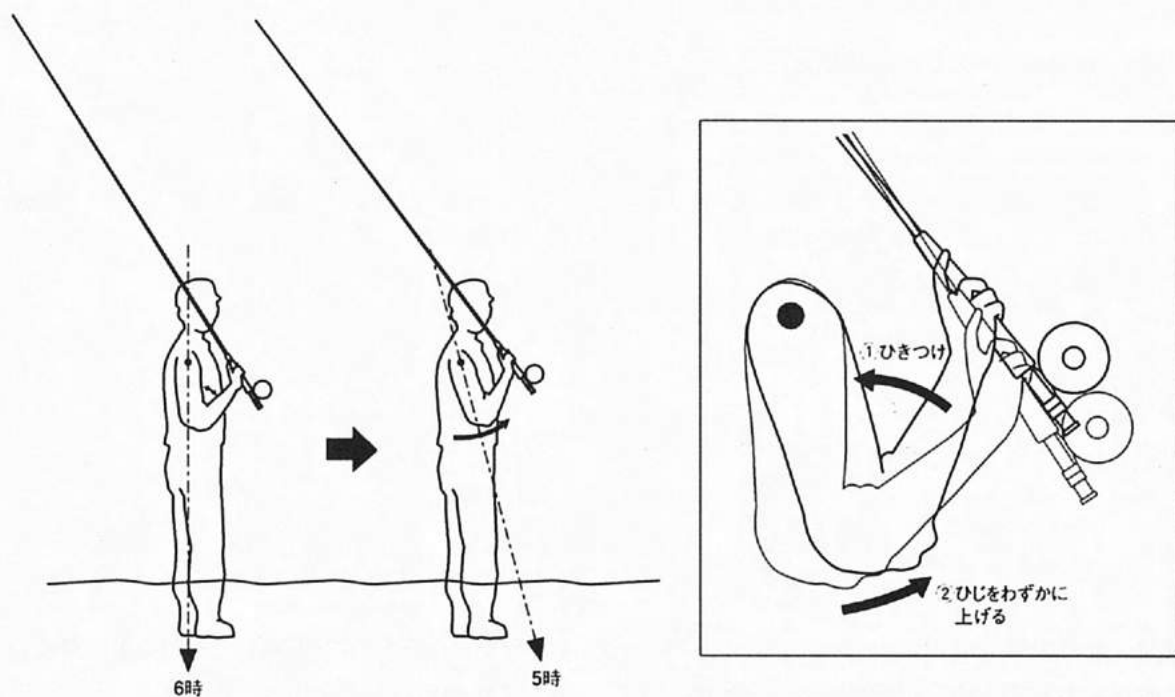
バックストップでは、このタイムラグが発生させられているかどうか重要なポイントです。



- ハーフサークルでロッドがしっかり曲がっていなければ、身体の動きとほぼ同時にラインが移動してしまい、バックストップとドリフトはできません。

⑤ ドリフト

◎ドリフトは、バックストップ後にロッドティップの高さを変えずにわずかにロッドを後方に送り、次に行われるシュートの準備となる大切な動作です。実際にはロッドハンドを身体にわずかにひきつけ肘を時計の6時から5時に前に出し行います。ドリフトは、この前段階の動作がすべて正確に行われていなければ不可能な動作です。はじめのうちはなかなかできませんが、練習して上達していくにしたがってできるようになります。

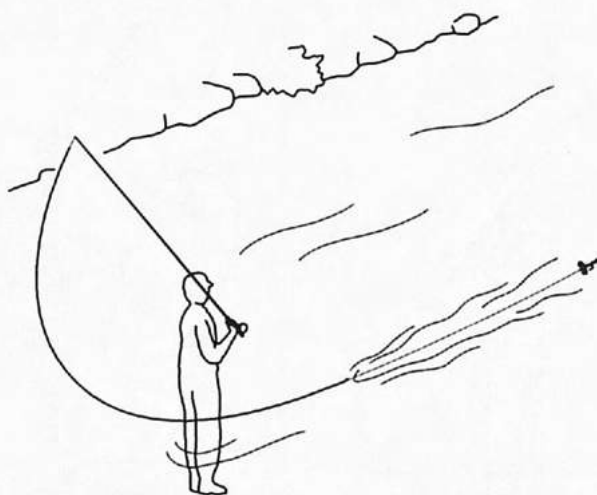


- ドリフトも、前述のバックストップと同様、ハーフサークル完了後にフライラインが追隨して飛んでくるというタイムラグが発生しなければ不可能な動作です。粘り強く練習して習得してください。

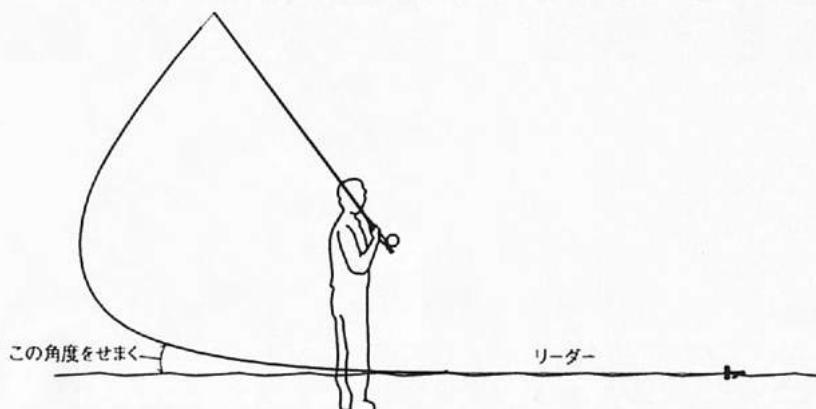
⑥ リーダータッチ

◎リーダータッチは動作ではなく、ハーフサークルによって身体の右横まで移動してきたラインの先端部であるリーダーとフライが、水面に貼りついて抵抗となりフライラインを一時的に固定することによって、ロッドにラインの負荷がかかり、シュートのためにロッドをより深く曲げる助けをするものです。水面を一時的に借りることによってロッドを曲げていくわけですが、理想的なリーダータッチは、リーダー全体とフライのみが一直線に水面に貼りつく状態です。

- 水面を利用するキャストには、他にスベイクastingがあります。スベイクastingではリーダータッチといわずにアンカーと表現しますが、アンダーハンド・カスティングにおいては、アンカーと表現するほどには水面とタッチしたリーダー部分が重量をもっていないため、リーダータッチと表現します。



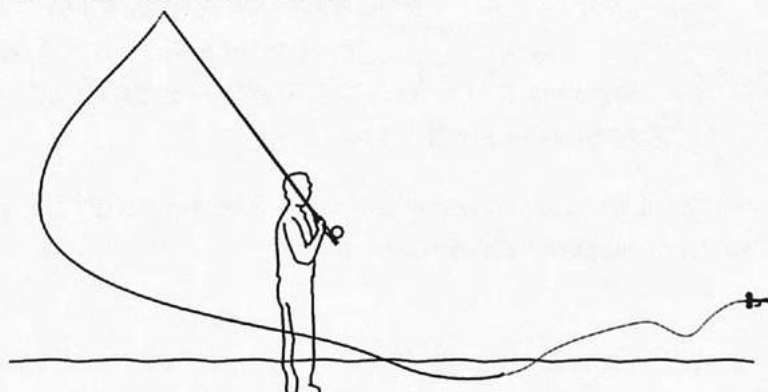
- リーダー部分のみが水面につくことは、キャスト時に発生する水面へのインパクトを最小限にし、魚に警戒心を与えることなく静かに釣りをすることを可能にします。またシュートの際にフライラインが水面についていないため、水面にエネルギーを奪われません。
- ただし、ショートラインの場合、リーダーの一部とフライ、あるいはフライのみがつくという場合があります。



- ハーフサークルによって飛行してきたラインは、低空で浮き上がらないようにしリーダーのみを水面にタッチさせてください。

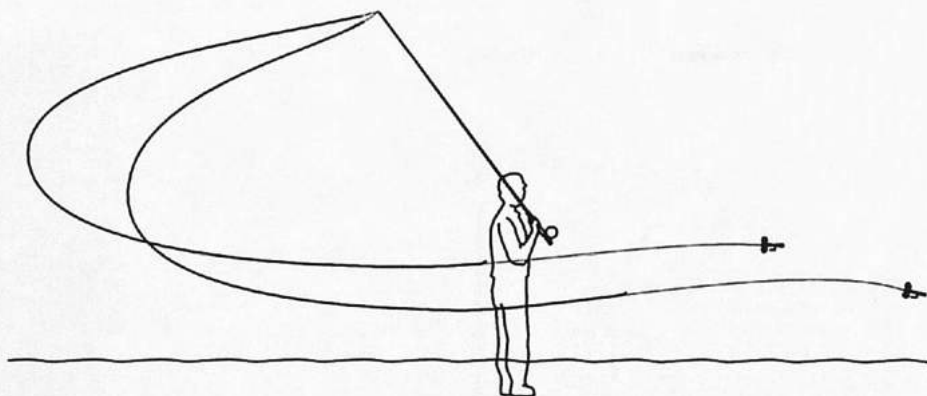
リーダータッチの失敗例

失敗例 1 フライラインが水面にぶつかる



- フライラインをコントロールできずに、リーダータッチ時に水面にぶつかるということは、はじめのうちはよく起こります。リフト、ボディーターン、ハーフサークルの動作を再度練習してください。

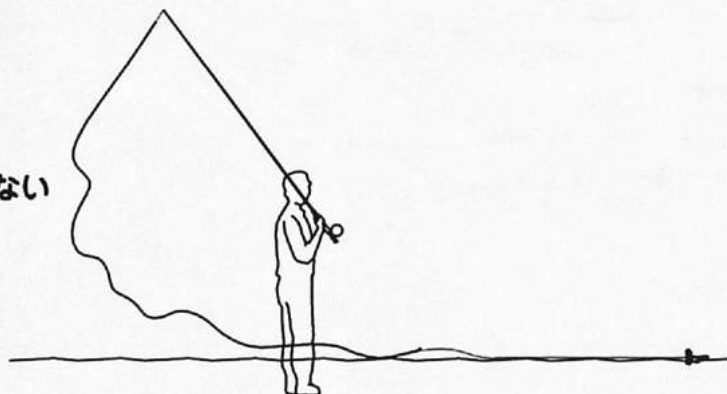
失敗例 2 水面にリーダーがタッチしない



- 身体とロッドが同調して、ラインをコントロールできずに、後方にラインが抜けていくこともよく起こる例です。多くの場合、右腕がオーバーヘッド・キャストのバックキャストのように動いています。前段階の動作を、再度練習しましょう。

失敗例 3

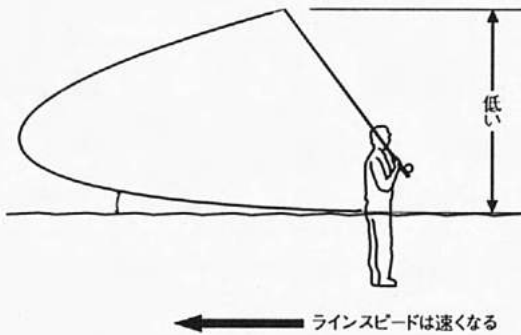
リーダータッチを コントロールできない



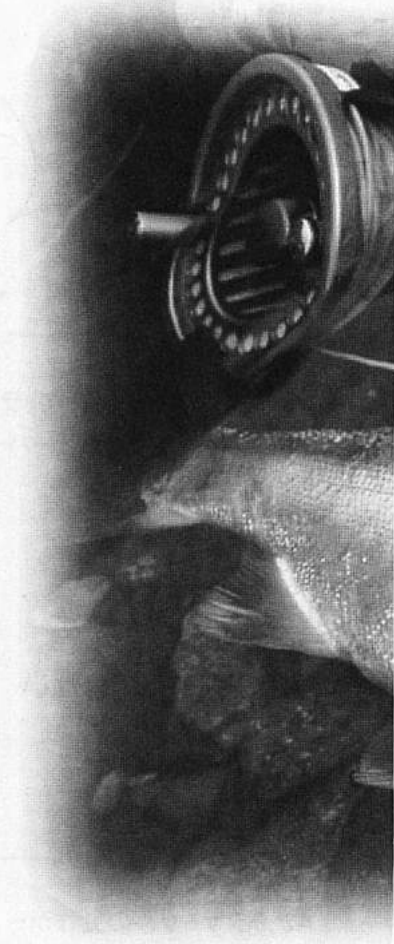
- ハーフサークルの動作が一定でない場合に多く発生します。前段階の動作を1つ1つ正確に行ってください。

水面の高さの変化

- 実際の釣りでは水面の高さは常に変化します。ディープウェイディングをすれば水面は高く、逆にバンクに立てば低くなります。アンダーハンド・キャストでは水面を利用するため、まず第一に水面の利用の仕方を一定にしなければなりません。左図のように水面が高ければラインスピードを上げ、右図のように低ければラインスピードを遅くする必要があります。また、ヘッドの長さは常に一定であるため、どれくらい後方までラインがふくらむかは水面の高さからあらかじめ計算できるようになります。
- シンキングラインを使用する際には、ライン自体が重く、下へ行こうとする力が働くため、わずかにスピードを上げて水面にぶつからないように調整する必要があります。

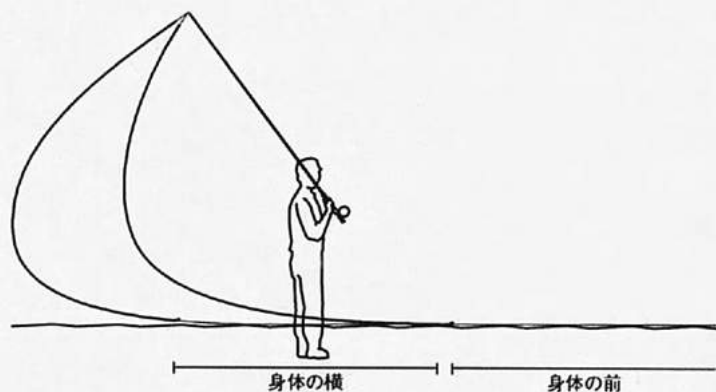


- $\text{水面の高さ} \times \text{使用するラインのシンクレート等} \times \text{バックスペースの面積} \times \text{風の強さを常に計算しよう。}$



リーダータッチの位置

- リーダータッチの位置は一定ではなく、状況に合わせて常に変化します。身体を基準にして前方でタッチすることもあれば、横・後ろといったこともあります。アンダーハンド・キャストにおいては、リーダータッチの位置は重要な要素ではありません、後ろにすぐ木がせまっていれば前方で、バックスペースがあれば後方のように使い分けられるようにしてください。

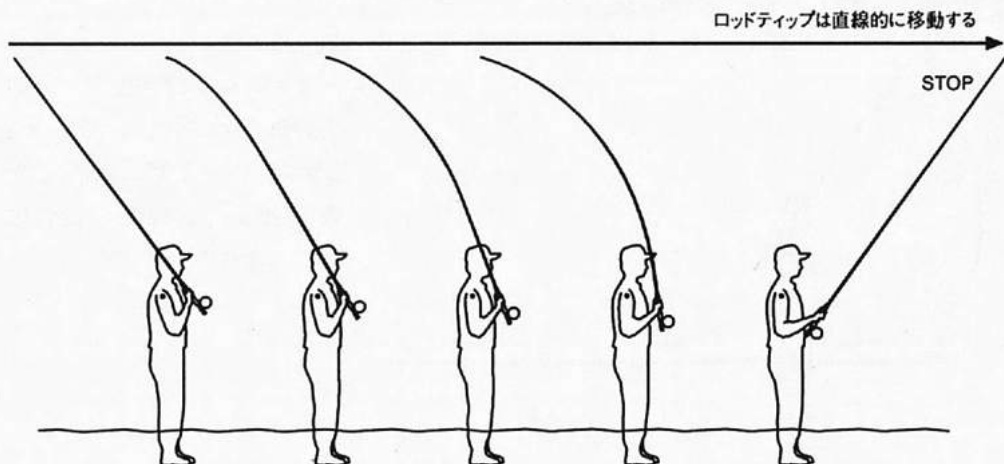


- バックスペースの限られた場所では後方の障害物にフライが引っかからないようにシュートの際に水面にリーダーを残したままにして（後方に抜けないようにして）キャストして下さい。

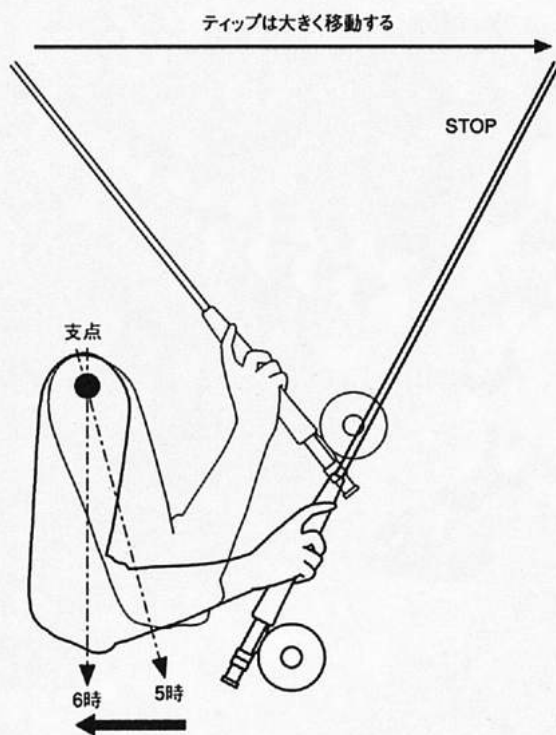


⑦ シュート

◎シュートは、水面についたリーダーの抵抗を利用して曲げ込まれたロッドが、その反発力でラインを前方の目標に飛ばしていく動作のことで、力強く放たれたラインは目標に向かって飛んでいきます。シュートの完了時にはロッドストップを明確にしてください。

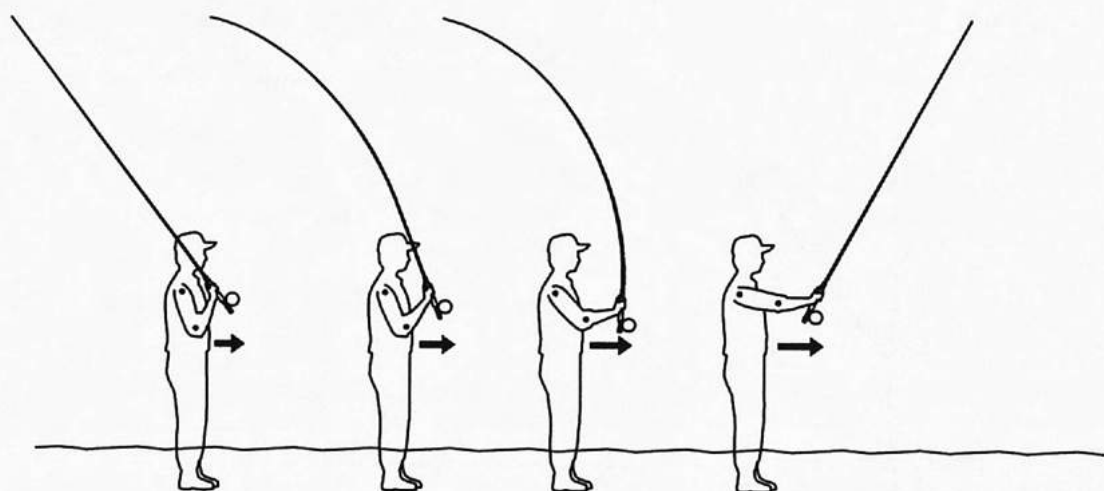


●ロッドティップを直線的に移動させ、ロッドのバット部分を深く曲げて下さい。



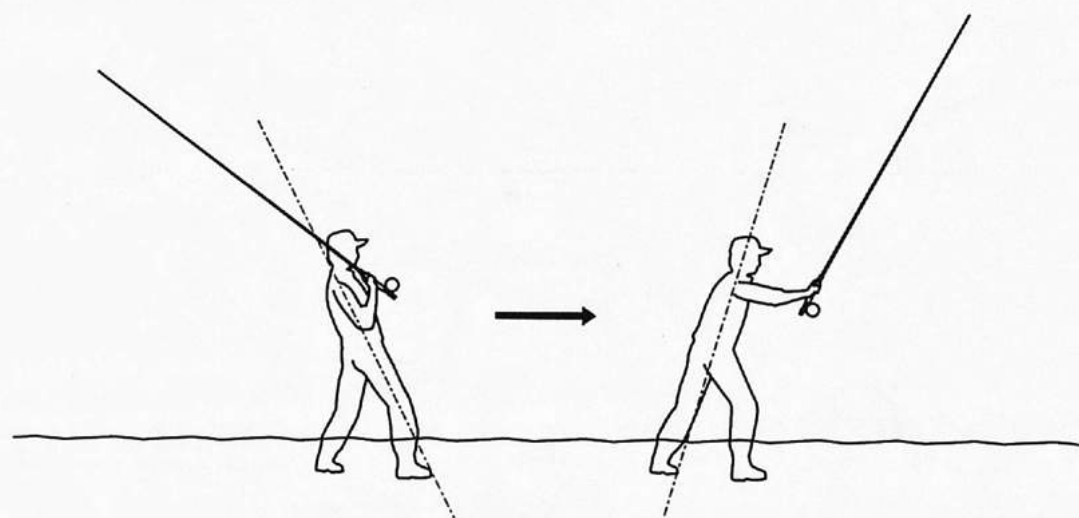
●シュートでは、ドリフトによってわずかに前方に出した肘を、身体の前横まで振り子のように移動させます。このわずかな動作でロッドティップは大きく移動し、必要十分な飛距離を得ることができます。また、シュート完了時の腕は、リフト完了後の状態と同じになります。

失敗例 1 腕全体でロッドを前方に押ししてしまう



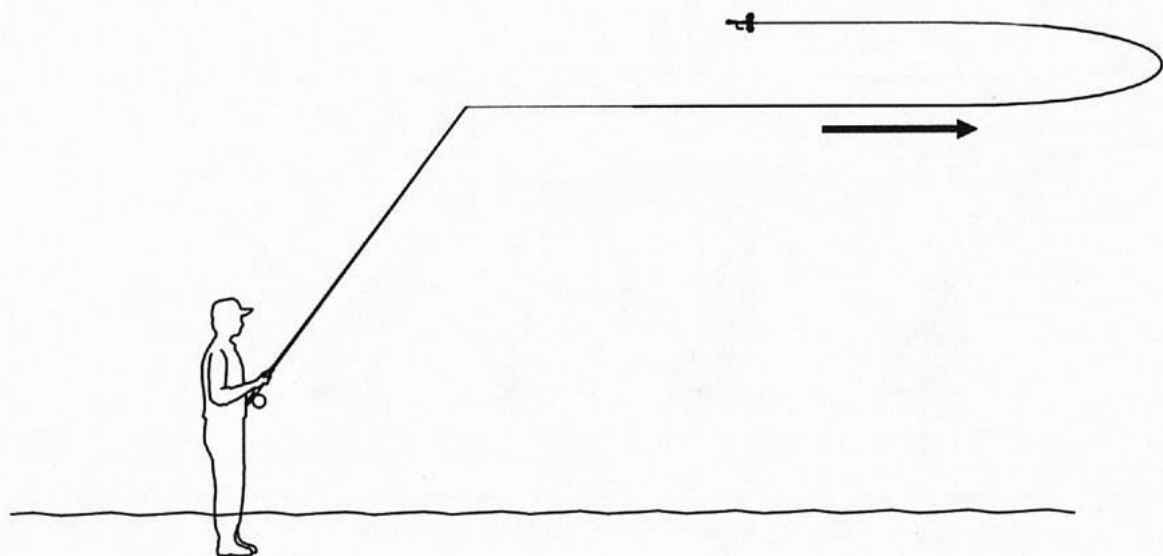
- シュートの際、腕全体でロッドを前方に押ししてしまう。アンダーハンド用のシューティングロッドでは、コンパクトな動作で効率よくロッドを曲げ込む必要があります。このようなシュートも釣り自体は可能ですが、風に弱いキャストイングとなってしまいます。

失敗例 2 身体全体を前後してシュートしてしまう

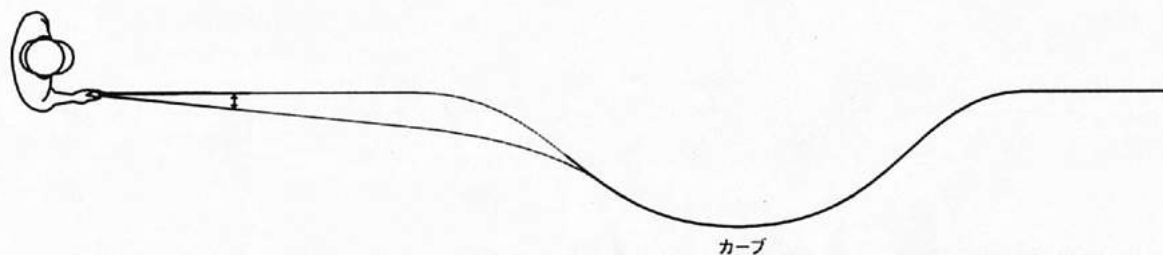
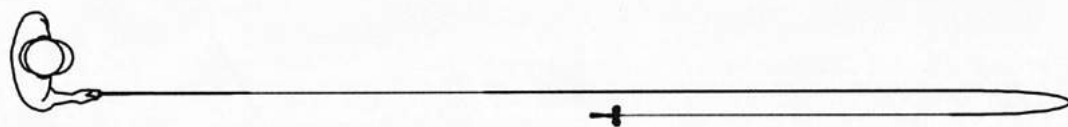


- 身体を大きく前後させることは、釣りにおいては、魚に警戒心を与えるだけでなく、シューティングロッドを効率的に曲げていくこともできなくなってしまいます。

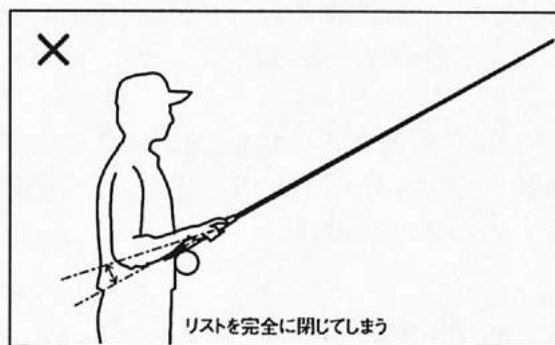
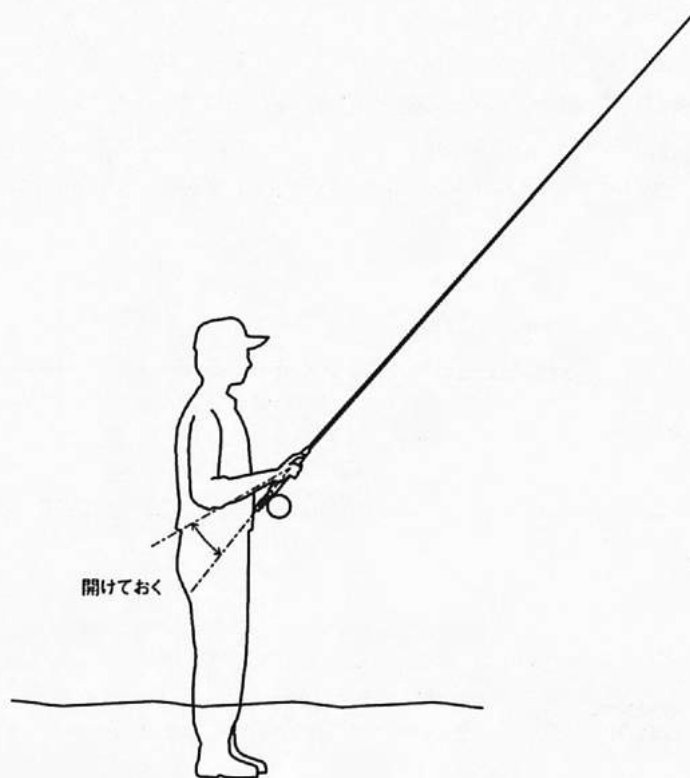
シュート時のループ形状



- シュート時のループ形状は、ベリーの下がらない上図のような形状が理想的です。また、シュートにおいてもロッドが大きく曲がるため、ハーフサークル時と同じように動作のストップ後にタイムラグがあり、ラインが追隨して飛んでいきます。動作が先に完了し、ラインが後から追隨していくということは、ラインをコントロールしカーブをかけた(下図)することを可能にします。実際の釣りにおいては、ラインコントロールができるか否かが釣果を左右することも多いため、正確なシュートを身につけてください。



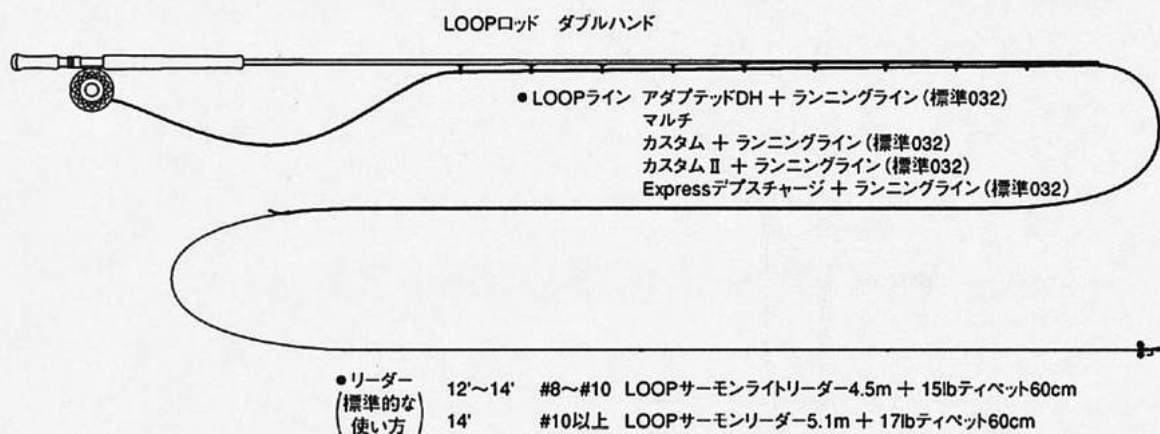
シュート完了時のリスト



- シュート完了時に、リストは閉じないでください。リストを閉じると、シュートしたラインにカーブをかけたたりするなどのコントロールができなくなり、結果的に魚を釣るチャンスを減らしてしまいます。

タックルの準備 (ダブルハンドロッド)

◎下図のようにタックルをセットします。ラインはロッドに合わせます。ダブルハンドロッドのラインも全てシューティングヘッドとなっています。マルチライン以外は、全てランニングラインを別途ご用意ください。(アダプテッドDH、カスタム、カスタムⅡ、EXPディブスチャージャー) ランニングラインはLOOPランニングライン032を標準として、重いヘッドの場合は035、軽いヘッドの場合は029と使い分けます。カスタム、カスタムⅡはラインに同封されている適合表に合わせてカットしてお使いください。ヘッドにはブレイデッドループを装着しランニングラインをクリンチノットで結びます。(アダプテッドDHにははじめから両端にループが着いています。)



- リーダーは小・中型フライにはサーモンライトリーダー、大型フライにはサーモンリーダーを選んでください。重いチューブフライ等をお使いの場合は、サーモンリーダーのティップ側をカットし、短くしてお使いください。
- アンダーハンド・キャストにおいては、シングルハンドもダブルハンドも同じ理論を用いているため、ここではダブルハンドのロッドの握り方、リフト、ボディターン、ハーフサークル、ドリフト、シュートを解説します。キャスト全体の流れはシングルハンド・キャストに準じてください。

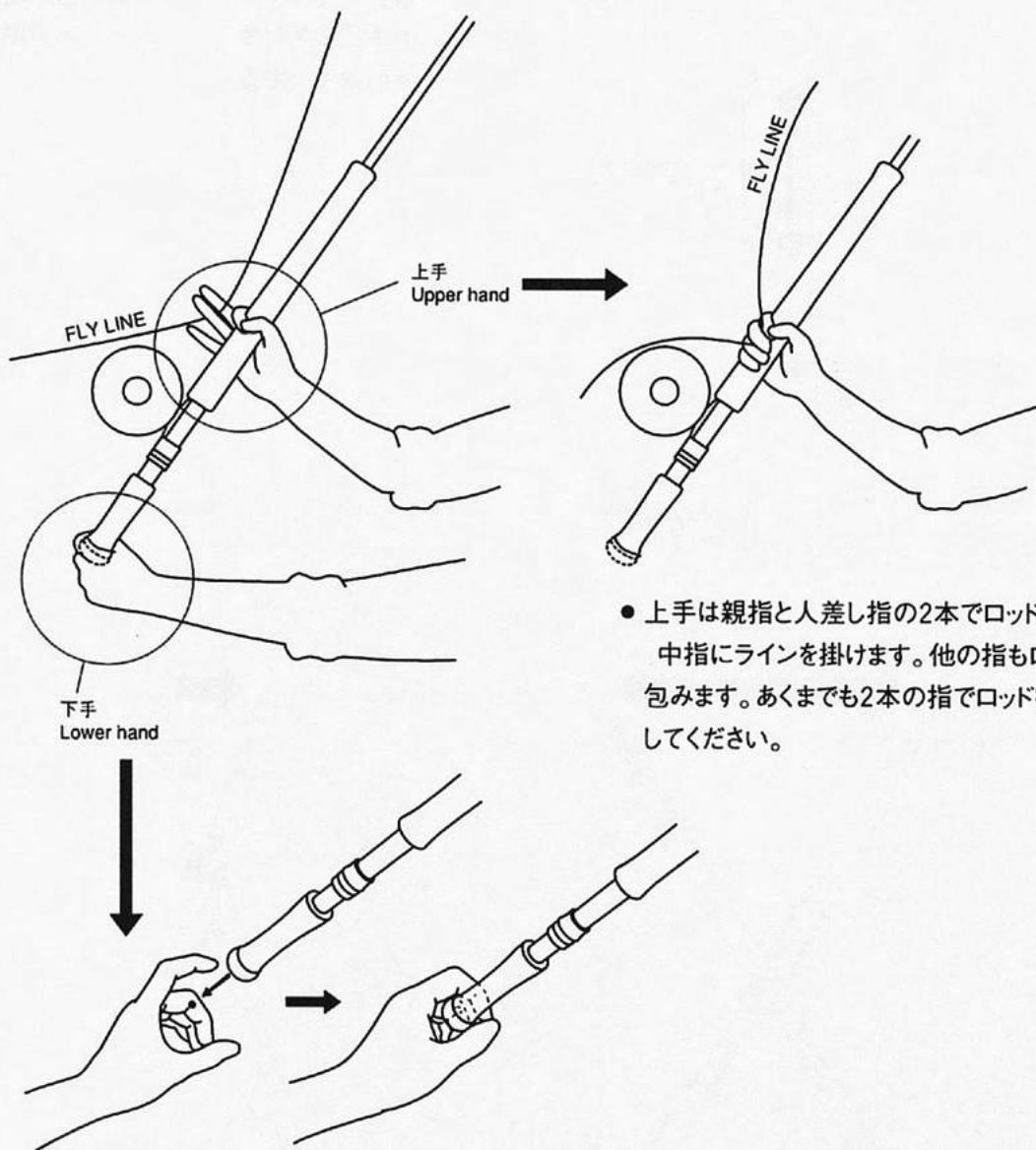
代表的なロッドの適合表

ロッド	アダプテッドライン	マルチライン	カスタム	カスタムⅡ	備考
11'6" #8	ADH116+ ラインティップ	-	O - 9.8m	M -10.7m	カスタムとカスタムⅡのインター、シンクティップは10~30cm短く
12' #8	ADH124+ *	DH8/9	O -10.1m	O -10.7m	
13'2" #9	ADH132+ *	DH9/10	O -10.7m	N -11.6m	
14' #9	ADH140+ *	DH9/10	N -11.0m	M -11.9m	
14'6" #10	ADH140+ *	DH10/11	O -11.6m	P -12.5m	
15' #10	ADH150+ *	DH10/11	N -11.9m	O -12.8m	
16' #11	ADH160+ *	DH11/12	Q -12.2m	Q -12.8m	

ロッドの握り方(ダブルハンドロッド)

◎ダブルハンドの場合は、下図のように握ってください。上手・下手ともに親指と人差し指の2本のみでロッドを保持します。上手は方向・位置をコントロールし、パワーは下手が生み出します。

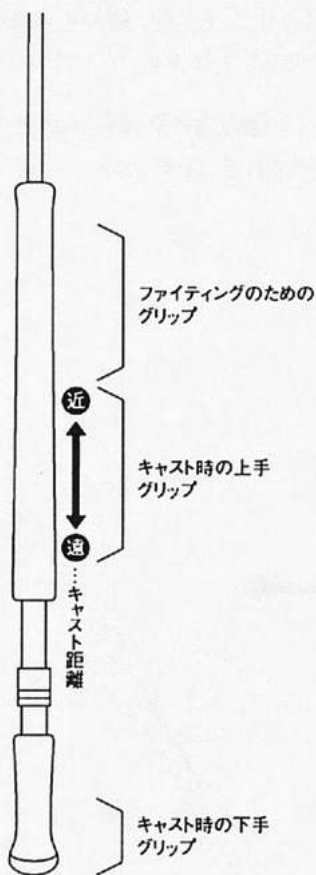
- アンダーハンド・キャストの場合、ダブルハンドロッドの握り方は非常に大切です。必ず下図のとおり握ってください。グリップ形状がはじめからそのように設計されています。また、シングルハンド同様、オーバーヘッド・キャスト時も同じようにロッドを握ります。



- 上手は親指と人差し指の2本でロッドを握り中指にラインを掛けます。他の指もロッドを包みます。あくまでも2本の指でロッドを保持してください。

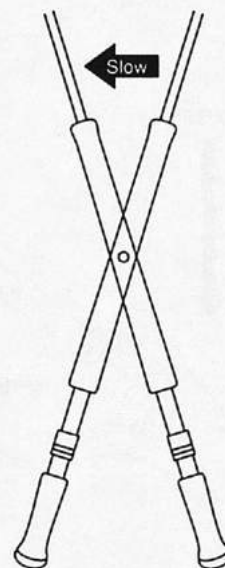
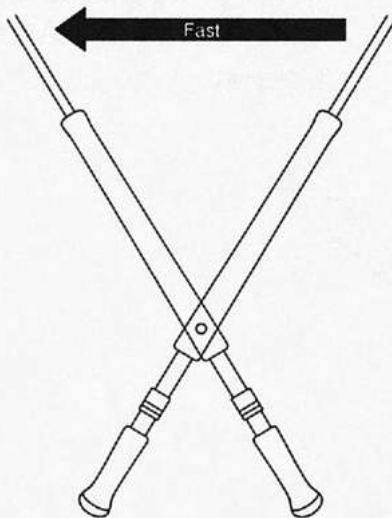
- 下手は中指の関節の横にグリップエンドを当て、上手と同じく親指と人差し指の2本でロッドを保持してください。

ダブルハンドロッドのグリップの使い方



◎グリップの上部は魚とファイトするときを使う部分で、キャスト時には基本的に使用しません。中央部から下部がキャスト時に上手で握る部分です。

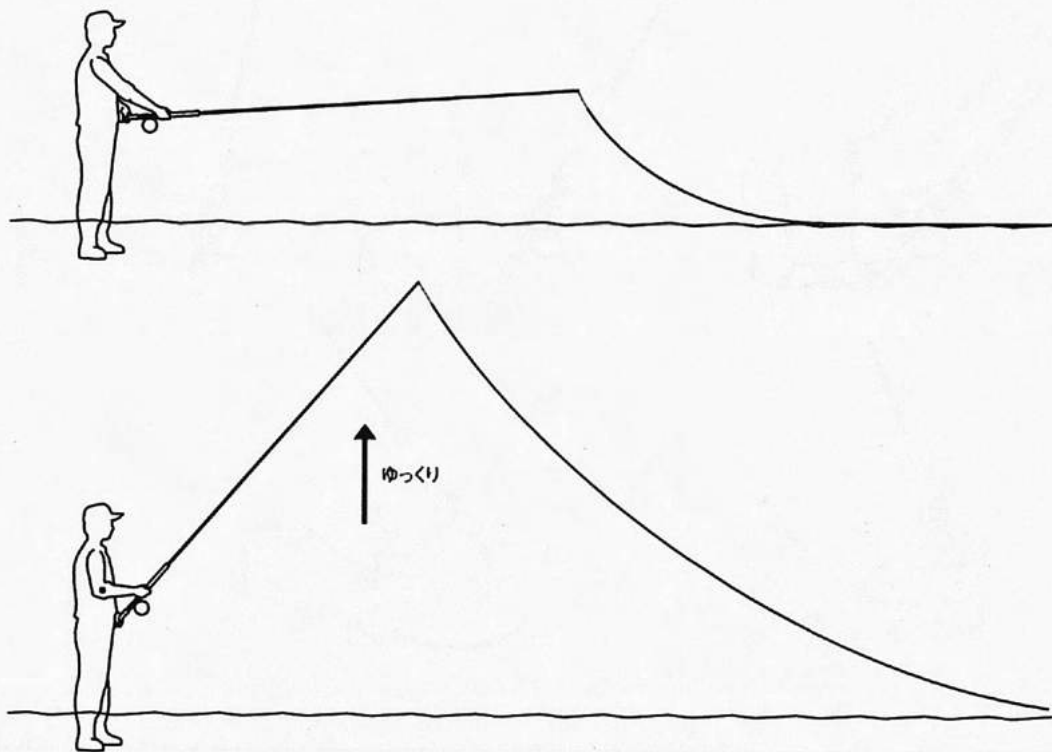
- アンダーハンド・キャストでは、上手と下手の間隔を狭くするショートグリップが基本となります。キャストの距離が近い場合は上手と下手の間隔を広く、逆に遠い場合は狭くします。(左図)



- 上手と下手の間隔を狭くすることにより、ロッドティップを早く移動することが可能となり、結果ロングキャストが可能となります。

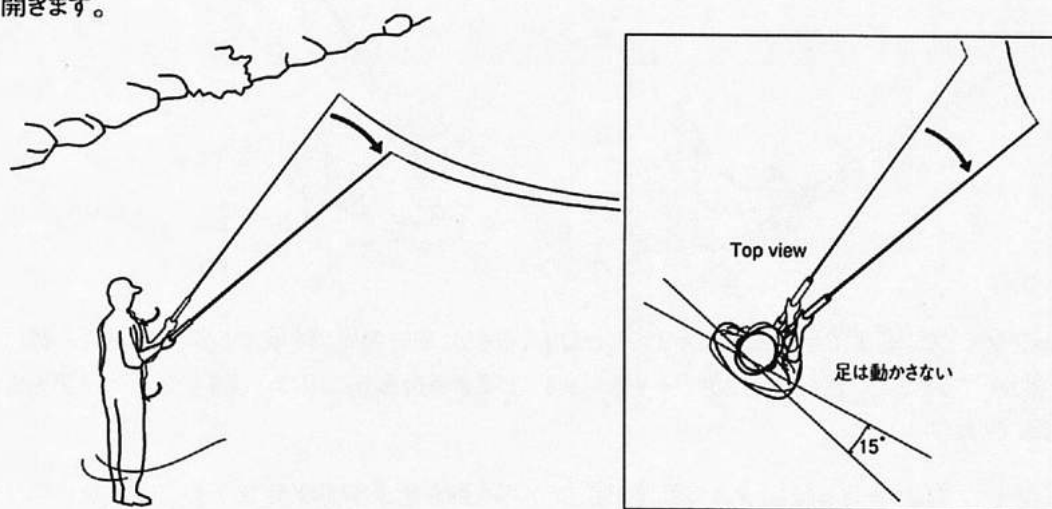
① リフト

◎ダブルハンドの場合は、グリップエンドをあらかじめ下腹に当て、上手の肘が伸びた状態からスタートし、肘を体の横に入れ込んで、肘の角度が90°くらいになるようにしてリフトが完了します。また、グリップエンドはシュート後にスタート位置と同じ所に再び戻ってきます。



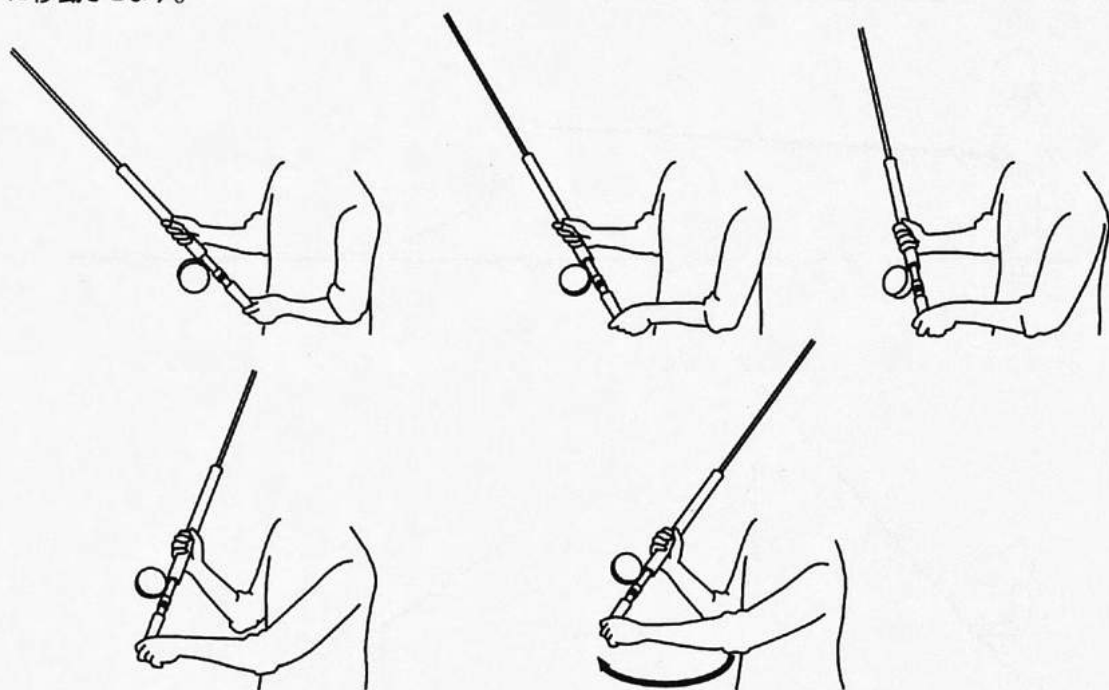
② ボディーターン

◎ボディターンはシングルハンドの場合と同様に、リフト完了後の状態をそのまま保ち、上半身を流上側に15°開きます。



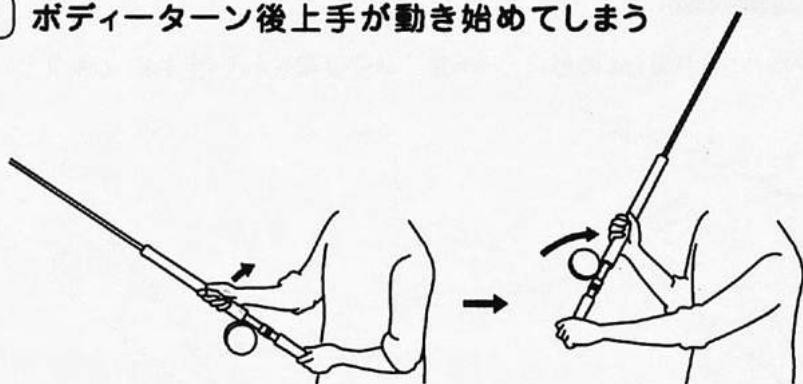
③ ハーフサークル

◎ハーフサークルもシングルハンドと同様ですが、ダブルハンドの場合、下手があるため上手ではなく、下手を水平に半円を描くようにしてください。上から見た場合、上手は支点となります。またロッドティップは直線的に移動させます。



ハーフサークルの失敗例

失敗例 1 ボディーターン後上手が動き始めてしまう



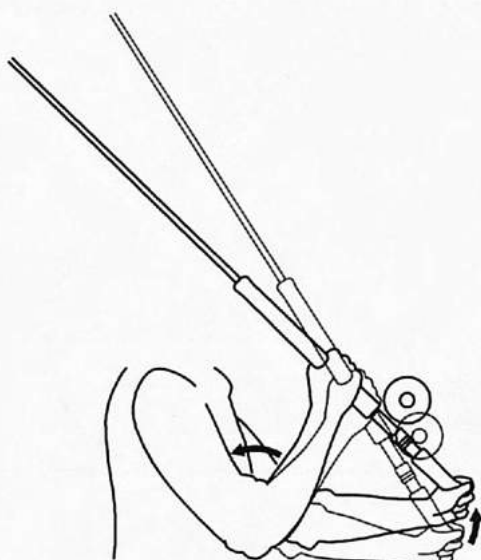
- ハーフサークルでは、必ず下手が動き出すよう心がけてください。テコの原理を使って長いロッドの一番下＝下手を動かしてください。多くの方がボディーターン後、上手から動き出してしまいます。必ず下手が動き出すようにしてください。
- シンキングラインを抜き上げる時も、テコの原理を使って下手を動かせば、効果的に抜き上げることができます。

④ バックストップ

◎シングルハンドと同様です。

⑤ ドリフト

◎シングルハンドと同様です。



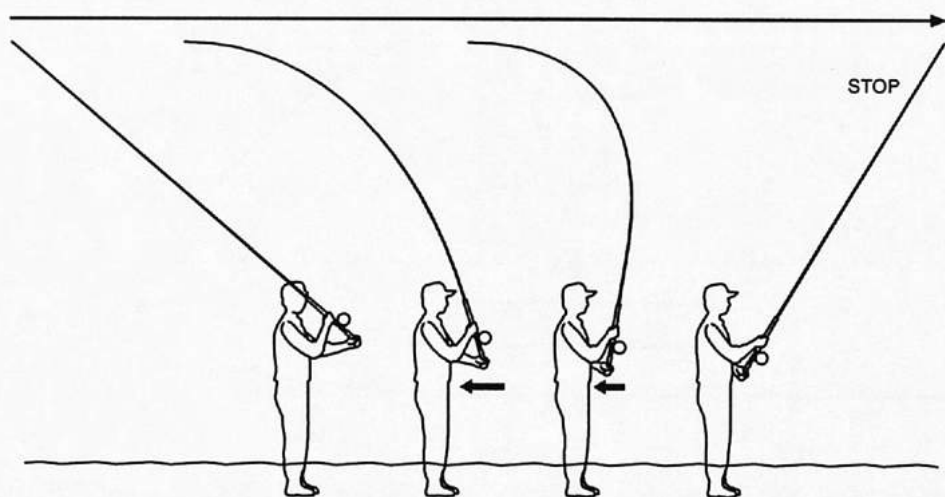
●シングルハンドと同様、肘を5時の位置まで前に出します。また、ロッドティップが下がらないよう注意しましょう。

⑥ リーダータッチ

◎シングルハンドと同様です。

⑦ シュート

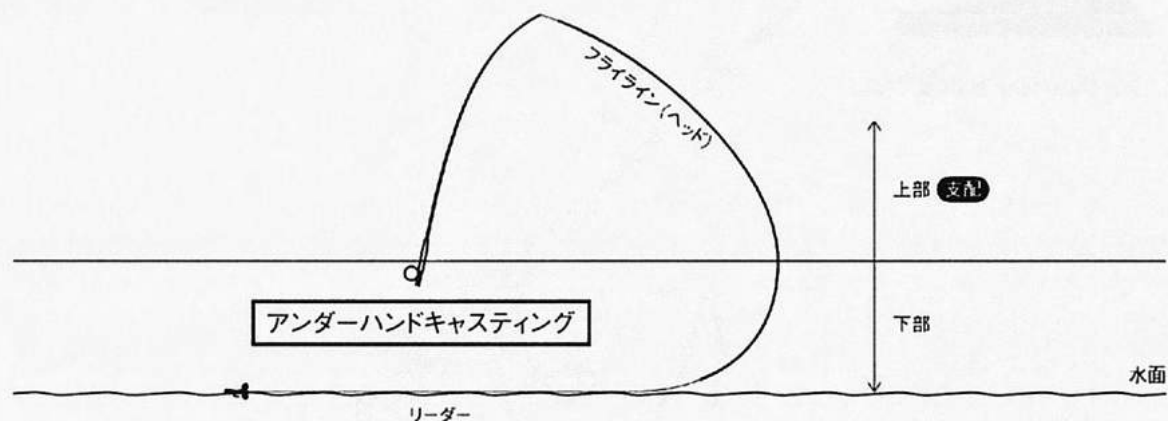
◎ダブルハンドではドリフト後、下手を強く下腹にひきつけてシュートします。



●リフト時のグリップエンドの位置と、シュート後のグリップエンドの位置が同じになるようにしてください。

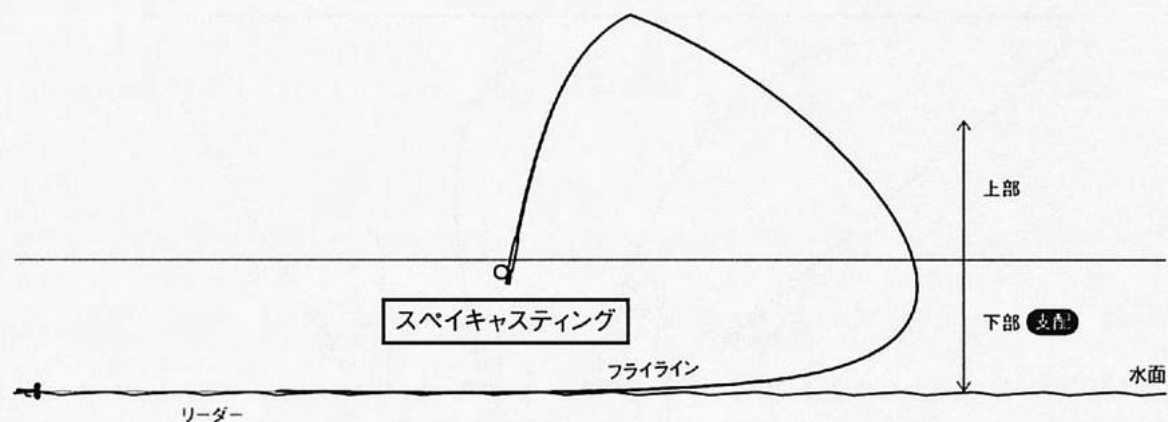
他のキャストイングとの比較とドミナントポジション

◎ドミナントポジションとは、飛行するライン全体のどの部分が重量とパワーを占めて(ドミナント)いるかという考えに基づくものです。下図のアンダーハンド・キャストイングのリーダータッチ時の図をご覧ください。

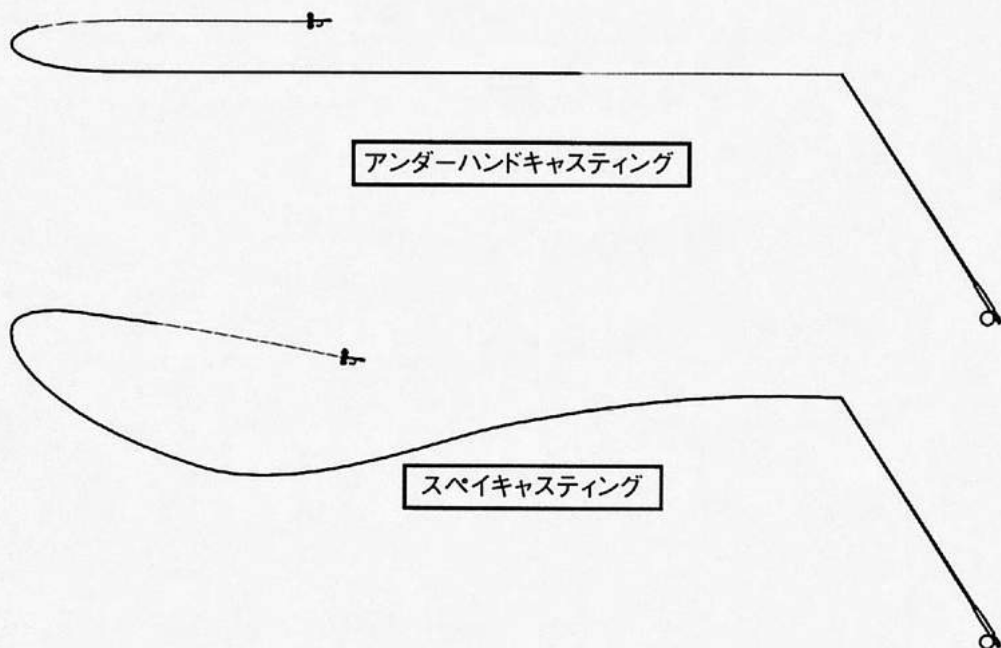


- 図の上部と下部では、上部の方がライン重量が大きく、この場合には上部がライン全体を支配しています。下部にも一部フライラインがありますが、この部分はライン先端部であり、軽くほとんど重量がありません。上部が全体を支配しているということは、フォワードキャストに移行した時には、ベリーの下がらないタイトなループ形成ができるようになります。また、キャストイングにおいて上部をコントロールすれば、下部が後からついてきます。仮に水面についたリーダーがラインと違う方向を向いていても、下部のリーダーは上部のラインに支配されているために、問題なく飛んでいくことができます。よってアンダーハンド・キャストイングにはスベイ・キャストイングのように180°の原則というものはありません。

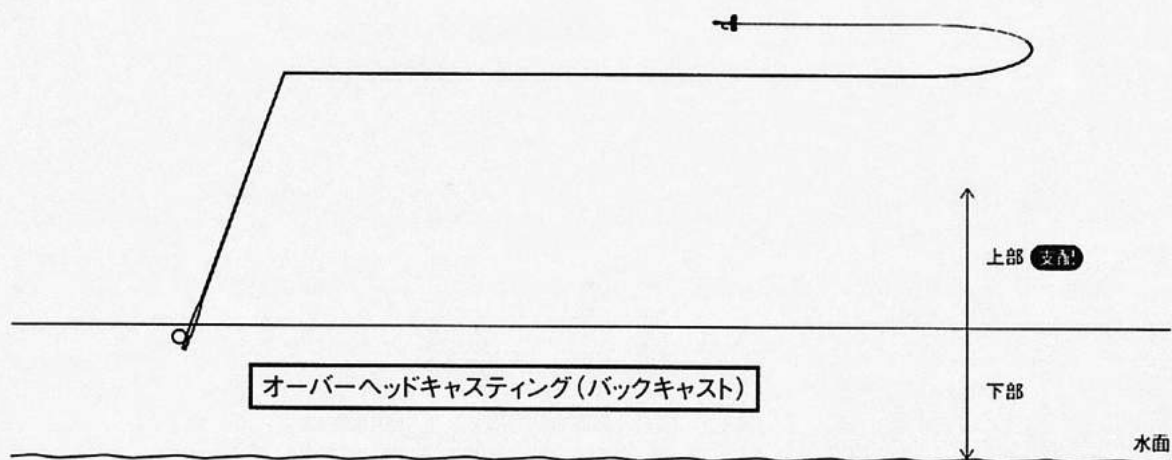
◎ではここでスベイ・キャストイングと比較してみましょう。



- スベイ・キャストイングでは、アンカーが入った時点で下部が全体を支配します。シュートの際に形成されるループは、おのずとアンダーハンドのそれとは違ってきます



◎さらにオーバーヘッド・キャストと比較してみましょう。



- オーバーヘッド・キャストでは、上部・下部ではなく直線的にループが支配されています。しかし、上部か下部か分けずれば上部に位置します。上部が支配しているという意味では、アンダーハンド・キャストとオーバーヘッド・キャストは非常に近いキャストであるといえます。両方のキャストにバックストップとドリフトがあるのも、フォワードキャスト(シュート)で同じループが形成されるのも、上部が支配しているからにはかなりません。

アンダーハンド用のロッドが、オーバーヘッド用にも向いているのはこうした理論からも説明できます。逆にスベイクasting用のロッドは、アンダーハンド用のものとは当然違ったアクションになります。ドミナントポジションという考え方でキャストを分析すると、いろいろなキャストの違いが見えてきます。

制作・編集 / 近藤 雅之
監 修 / ヨラン・アンダーソン
発 行 / 2006年12月20日
発行者 / 株式会社 ティムコ



無断転載を禁ず

株式会社 **ティムコ** 東京都墨田区菊川3-1-11 〒130-8555 TEL (03) 5600-0120 FAX (03) 5600-0301

<http://www.tiemco.co.jp>