

SUPを体験してみよう!

SUPってどういうものなのか、実際に体験!
野呂さんのレクチャーを1時間受けてもらいました。

体験してくれたのは
あいさん[㊦]
ゆきさん[㊦]



1

まずは安全にSUPを楽しむための説明とパドルの使い方をしっかり説明。自分が漕ぎやすいようにパドルの長さの調整も行います。



2

場所を移動してパドルの漕ぎ方をしっかりレクチャー。ポイントは「漕ぐ」ではなく「押す」ようにパドルを使うことだそう。



3

サップボードにゆっくり座り、徐々に体を慣らしていきます。怖がらずにバランスを取るとサップボードが安定。



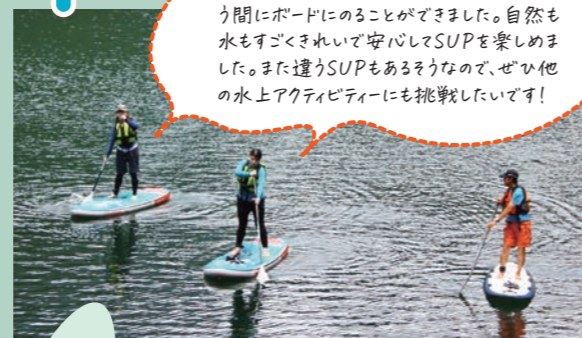
4

体が慣れてきたらパドルで漕いでいきます。前や後ろに進む方法や方向転換などを細かくレクチャー。この段階で立てるように!



番外編

方向転換の時にサップボードから落ちてしまったゆきさん。ライフジャケットを着いていたので水に落ちても落ち着いて、インストラクターが来るまで待つことが大切です。



5

1時間程度でしっかり乗りこなせるようになり、スイスイと水面上を自由に動けるようになりました。あいさん、ゆきさんありがとうございました!



SUPを通じて 大台町の良さを知る

SUPとはその名の通りボードの上に立ち、パドルを漕いで水面を進むという水上アクティビティ。森林に囲まれた自然豊かな大台町では、SUPを通して自然を体験できるスポットとして市内外から多く人が訪れている。大台町でSUPなどが体験できる「Roca Roca」や宿泊施設「宿やまがら」を営む株式会社ロカ代表取締役の野呂直宏さんは大台町の職員として町の観光事業や過疎化対策の移住政策などの業務を担当した後、清流宮川の最上流部「大

杉谷」の担当になったことをきっかけに、自然の中で遊ぶことの面白さを再認識したという。
「生まれも育ちも大台町で自然に慣れているから知っていてもいいけど、でもSUPなどを通して自然と触れ合っていくうちに、大台町や大杉谷の豊かな自然をもっと多くの人に知ってほしいと考えるようになりました」
清流宮川はエメラルドグリーンの鮮やかな水面が特徴で、水の流れるほとんどなく、初めてSUPを体験するにはとても良い環境。立つてのSUPはまるで水面を散歩しているような感覚で、景色を眺めながらゆるやかな時間を過ごすことができる。

巻頭特集 老若男女問わず注目のアクティビティ

大台町でできる

SUPって?

SUP(サップ)とは「Stand Up Paddleboard(スタンドアップパドルボード)」の略称。世代や性別を問わず多くの人に注目されている新感覚の水上アクティビティが、大台町でできると市内外から多くの注目を集めている。

株式会社ロカ 代表取締役
野呂直宏さん

株式会社ロカ(Roca Roca/宿やまがら)
多気郡大台町大杉151/070-1849-9842

