

■ 沖縄県、盛龍也選手の
アジアクラシック参加と結果
が沖縄県の新聞に大きく報
道されました。

**盛アジア大会へ
パワリフティング**

県、パワリフティング協
会理事の盛龍也(61)が12月
2日からカザフスタンで行
われるアジアクラシック選
手権のマスターズ3(60
69歳)の105kg級に出場



する。13日、沖縄タイムス社
を訪ね「メダルを持ち帰り
たい」と意気込みを語った。

昨年のジャパンクラシッ
クマスターズ選手権で準優
勝しアジア大会の切符をつ
かんだ盛は、2003年に
8位入賞した世界選手権以
来、16年ぶりの国際大会出
場という。

10月に予定されていた実
業団の選手権が台風の影響
で中止となり、「それでも
気落ちせずにトレーニング
に励んだ」という。「50代
の頃には大病も患いながら
も持ち直してきた。記録は
落ちていくが気持ちは前を
向いている。メダルを持ち
帰り、今年の有終の美を飾
りたい」と意気込んだ。

アジア大会に向けて意
気込む盛龍也―沖縄タ
イムス社

盛が準Vメダル四つ

**パワリフティング
アジアクラシック**

パワリフティングのア
ジアクラシック選手権が2



8日、カザフスタンで行
われ、マスターズ3(60
69歳)の105kg級に出場
した盛龍也(61)は、辺野古龍
盛道場がスクワット16
0kg、ベンチプレス80kg、
デッドリフト165kgのト
ータル405kgで準優勝し
た。種目別ではデッドリフ
トで金、スクワット、ベン
チプレスで銀を獲得し、計
四つのメダルに輝いた。

11日、沖縄タイムス社を
訪ね、「年齢を重ねても努
力で結果はついてくる。70
代まで続け、マスターズ各
年代の日本一を達成する」
と目標を掲げた。

16年ぶりの国際大会出場
の盛は、第一種目のスクワ
ットで練習の記録を上回る
160kgを挙げ、続くベン
チプレスでも優勝した地元
カザフスタンの選手に次ぐ
2位につけた。

最終のデッドリフトは近
年のベスト155kgを第2
試技でクリア。165kgの
挑戦は「握力が弱くなり、
落とすと思った」が、代表
仲間の声援を受けてパーベ
ルを下ろしきり、金メダル
を獲得した。

「2年前の左肩感染症で
命の危機もあったが、当時
から85kgアップで国際大会
を戦えた。けがや病気に気
を付けながら競技を続けた
い」と力を込めた。

アジアクラシック選
手権で準優勝した盛龍
也―沖縄タイムス社

power

SCRAMBLE

■ 佐藤芳隆選手、本を出版

この度、本を出版（12/10）しました。

本のタイトルは、「プロテインなしでベンチプレス 150kg を挙げる方法
サラリーマン・障害者アスリートが贈る」です。

内容は、トレーニング方法以外に、車椅子生活や入院の出来事、
水泳の記録などを盛り込んでいます。



親戚の人に読んでもらったところ、涙がでて感動したと感想をいただきました。

また、トレーニング施設のトレーナーに感想をいただいところ、文章がとても良く読みやすかったと
いただきました。（サインを求められてしまいました。今、練習中です。）

https://www.amazon.co.jp/dp/4866412828?_encoding=UTF8&isInIframe=0&n=465392&ref=dp_proddesc_0&s=books&showDetailProductDescription=1#product-description_feature_div

