

1st Part

Critical Hit!

勝利に繋がる
レベル別必須のテクと知識を
土方隼斗プロが伝授！

コツで極める 9ブレイク!

本特集最初のパートは、ビギナーからトッププロに至るまで、現在の日本で最も多くプレーされているナインボールブレイクについて。講師の土方隼斗プロが、自身の経験と研究を踏まえて、ブレイクを極めるコツをレベル別に伝授します。

講師：土方隼斗 取材協力：自遊空間 BIGBOX 高田馬場店（東京都新宿区）



パーフェクトな9ブレイクとは？

とにかく強く撞いた時代

皆さんこんにちは。JPBAの土方隼斗です。今回はナインボールのブレイクショットについて、僕がこれまで練習や試合を通じて培ってきた、上達のためのポイントをご紹介します。

まず、僕がビリヤードを始めた頃はラックシートはありませんでしたので、ブレイクに求めるものが今とは全く違っていました。トライアングルラックの時代はボールが落ちないのが前提で、入るとしてもどのポケットかわからないことが多かったのです。この時代はできるだけ球を動かすことだけを考え、とにかく強く撞くこと、それだけを意識して練習していました。

①をサイドへ狙うブレイクもありましたが、僕の場合は2、3個入って取り出しが見えていたら良いなあという感覚で、その後に手球のコントロールはある程度気にするようになりました。

プロ入りしてから、まずスポットシールが登場しましたが、とにかく強いブレイクをすることが多かったです。やはりブレイクは、プロとしての自分の良さでもありましたし、ファンの皆さんもすごいブレイクを期待していたと思っていたので、そこは崩さないようにしていました。

たね。そして、ラックシートが定着してからは徐々にコントロールブレイクに移行していきました。

それからは、世界のトッププレイヤーがどのようなブレイクをしているか、その中で自分に合っているのはどれかなどもたくさん研究しました。

この頃はまだ、セルフラックでボールも自分の形に置くことができたから、パターンラックでソフトブレイクも試してみました。ただこれは、気持的に同じことの繰り返しで集中力を保つのも難しく、正直つまらないなと思いました（笑）。もちろんプロですから勝りたいですが、まずは楽しくプレーできることが集中力にも繋がりますから、自分の性格に合わせてそこまでのソフトブレイクはしていなかったです。

だからスリーポイントが導入された時もそんなに気にならなかったですね。もちろんコントロールはしていましたけど、イリーガルは普通に回避できていました（笑）。

気にするのは手球と①

今はラックシートが前提ですので、その上でという話になりますが、基本的には1つボールが落ちて、取り出しの①が、

直接シュートを狙える位置にあり、他のボールにトラブルがないことが、現在の僕が理想とするブレイクです。

ですので、ボールを多く落とすことも求めてはいませんし、①以外のボールをコントロールすることもありません。これはどのプロの方でも同じだと思いますが、後はそのブレイクをいかに高確率で成功できるかが重要な点です。9ラック先取なら9回連続同じブレイクができるのが理想ですね(笑)。

もう少し細かく言うと、①の動きと手球との関係性にも理想があります。①が長クッション、短クッションと2回クッションして自分がブレイクした側のコーナーポケット付近に残る形です。①が最初にラック側かサイドポケットを越えてブレイクした側の長クッションに入るかは、その時々コンディションに合わせていきます。

手球についても、あまり動かさずに止めるのか、長クッションに一度入れて止めるのかなどのパターンがあって、それもコンディションを見極めながら使い分けています。もしコンディショナルに自分のブレイクがどうしても合わない時には、別のパターンで手球と①の良い関係性を作るブレイクに切り替えることもあります。

今の僕のブレイクの強みは、再現性が高いというよりも、いろいろなブレイクパターンを使い分けて、どのテーブルでも対応ができるということ。再現性だけで言うなら、テンポルブレイクの方が高いと思います。

ナインボールブレイクに関しては、今、このように幾つかのブレイクパターンと使い分けがわかっていないと弱点になってしまう。何をやれば良いのか迷うのが一番良くないことで、そんな場面は

確実に減っています。

レベル別の達成目標

さて、これからブレイクのコツを詳しく紹介していきますが、その前に、ラックシートを前提としたレベル別の達成目標をお話しておきます。

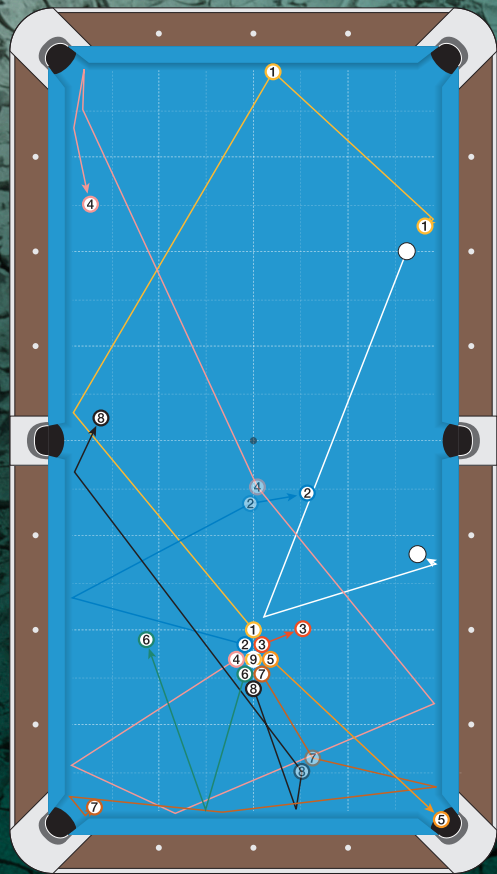
まず、初級クラスの方ですが、身体を動かすブレイクを強く撞こうとして上手いかずノーイン、そんな場面を見て「もつたいないな」ということが多いです。まずは手球を①に真っ直ぐに当てて、ボールを1つ落とすことを目標にしましょう。ここではプロの真似をしないこと(笑)。

身体を動かして撞くのは最初はかなり難しいですから、逆にタイミングが合わなくなりやすい。まずは自分の普通のショットのマックスの力で真っ直ぐに当てられるようにすることを意識して練習するのがベストだと思います。

中級クラスになると、スリーポイント

ルールも入ってきますから、1個人入れるだけではなく、上手くブレイクを成立させることを目標にしましょう。パターンは1つでも良いですから、配置も少しだけコントロールできるようなブレイクを付けておけば良いでしょう。その成功率は50%でも、理想としているブレイクをまずは1つ持つ。

上級者は試合で勝つことが大きな目標になってくると思います。その時はマスのワリが大前提になってくるので、テーブルに合わせた「効くブレイクを選ぶ技術」それに加えてプラス自分の理想とするブレイクの成功率を上げ、さらに再現性を高めていきましょう。



土方プロのコントロールブレイクの1例

Hayato Hijikata

真っ直ぐ当てて1個落とす! 基礎を作るコツ!!

ビギナーからCクラスプレイヤーを目指すのは、
①に対して真っ直ぐに手球をヒットさせてボールを1個落とすこと。
ここではそのために必要となるフォームとストロークの
3つのコツを詳しく見ていこう。

KNACK for Elementary Level

①

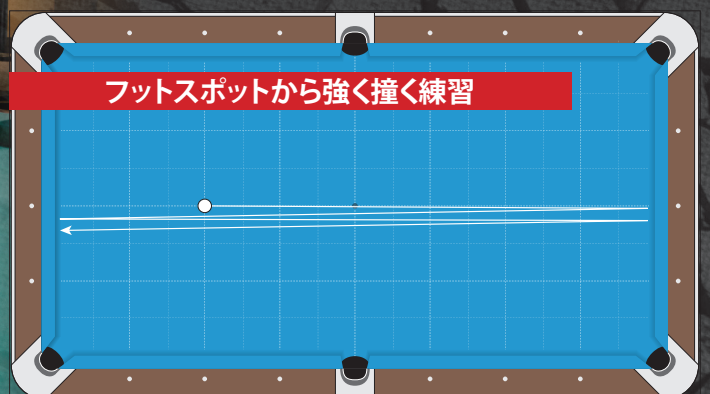
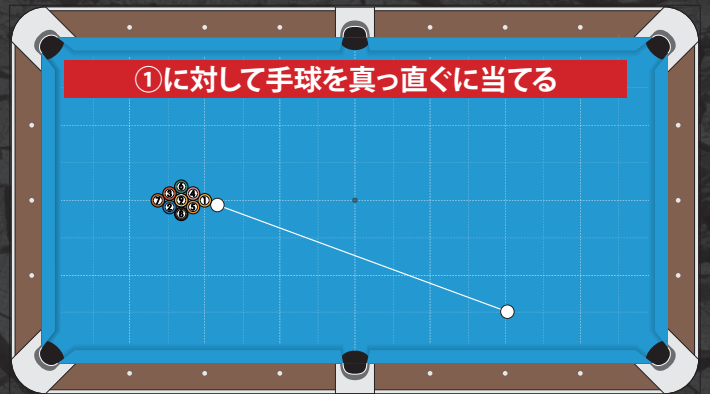
通常フォームとスタンダードブリッジで「強く撞く」!

まず一番最初の段階は、通常のフォームで、手球の中心を強めに撞いて、①に真っ直ぐ当てるのが重要です。この時「ブレイクを強く撞こう」としすぎないようにしてください。先ほども言いましたが、上手い人の真似はここでは封印しましょう。

強く撞くというと、どうしてもフォロースルーが長くなりがちですが、あまり出しすぎると、ストローク中に肘が下がってしまい、撞点がブレてしまいます。肘が少しだけ下がるのはOKですが、フォロースルーを出そうとしない、肘が下がりにすぎないように気を付けましょう。

そして、ナインボールブレイクはサイドからレールブリッジで撞くことが多く、もちろんそれはできるようになった方が良いでしょう。ビギナーの方であれば、始めからレールブリッジではなく、スタンダードブリッジで真っ直ぐに当てることを心がけても良いでしょう。スタンダードである程度強く撞けて、真っ直ぐ当たるようになったらレールブリッジにステップアップする感じです。

真っ直ぐ強く撞けたかを自分で確認するには、スタンダードブリッジでも良いので、フットスポットに手球を置いて、強いショットを撞く練習がオススメです。テーブルを何往復させられたかが目で確認できることで、自分のショットの強さがどのくらいなのか、良いショットが出た時のタイミングなども確認できます。



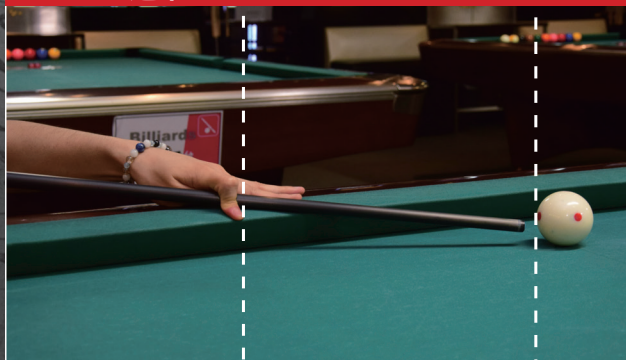
ブリッジは長めでキューの動きを妨げずがっちり固定!

次の段階では、ブリッジを考えてみます。ブリッジと手球の距離が短いと、テイクバックが小さくなりますし、強く撞くのが難しくなります。ブレイクショットの時は通常より少し長めに取ると良いでしょう。

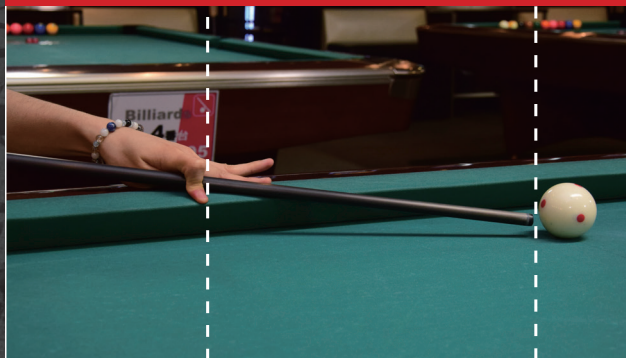
また、強く撞こうと思って右腕に力を入れて、こちらに意識が向きすぎてしまうとブリッジをしっかり組むという基本を忘れてしまいがちになります。ルールブリッジなら親指と人差し指がルールにしっかりと付いていること、スタンダードブリッジならラシャに触れている部分をしっかりと感ずることが大切です。それぞれキューの通り道をキツくする必要はありません。ここにはある程度余裕があっても良いので、その状態から動かないことを意識しましょう。

この段階では身体を動かすショットはしませんから、ショットが終わった後もブリッジは全く動いていないことを意識して確認しながら練習すると、安定して真っ直ぐのショットが撞けるようになると思います。

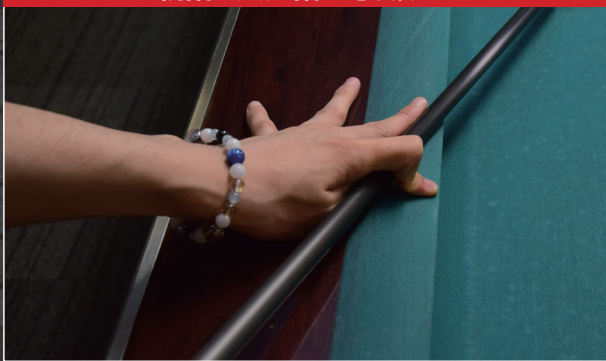
通常のショットのルールブリッジ



ブレイクショットのルールブリッジ

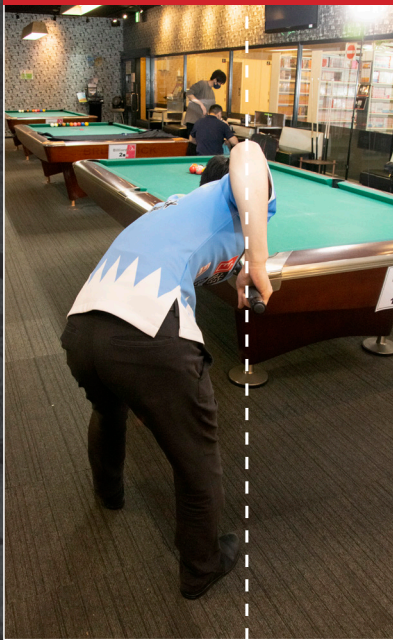


親指と人差し指を意識する



スタンスをカスタマイズ! ブレイク用に懐を広く取る!

通常のショットのスタンス



ブレイクショットのスタンス



ビギナーからCクラスの方のブレイクでもう1つステップアップするポイントはスタンスです。通常のフォームから少しだけ前の足をキューのラインと平行気味にして、身体を横向きにします。つまりスタンスだけブレイク仕様にするとということです。

このようにスタンスを変えて身体が横向きになると懐がかなり広がるので、通常のフォームで撞く時に比べ、キューが左右にブレやすくなり、キュースピードは上がっても手球の安定性が落ちることもあります。ここに注意しながら練習してみてください。

ブレイク仕様のスタンスで身体を動かさずに強く撞くことができるようになると、スピードは今までよりも確実にアップするはずです。

いかがでしょうか。ここまで紹介してきたコツをしっかりと練習して安定したショットができるようになることで、身体を動かす次のステップのブレイクショットを撞くための基礎ができ上がると思います。

イリーガル回避でマスワリ! 自分の形を作るコツ!!

プレーにも慣れ、試合に参加するようになってきたBクラスプレイヤーが大きな目標にするのは、マスワリが出るブレイクの修得と身体を動かすブレイクができるようになること。そのために必要な技術と知識を紹介していこう。

KNACK for Intermediate Level

4

手球と①をコントロールするブレイクを身に付ける!

ここではマスワリを出すための2つのパターンを紹介していきます。まず、ブレイク後の①が短クッション中央辺りで止まってしまうというのが、Bクラスプレイヤーの悩みの1つだと思います。もしスリーポイントルールが採用されていない場合は、①を回さず、1クッションでブレイクサイドとは反対のコーナー付近にコントロールするブレイクを試してみてください。撞点は中心で狙いは真直ぐ。力も少し強いくらいで良いのでそれほど難しくはないと思います。ルールにもよりますが、実戦を想定した時には1つのパターンとして持っておきたいですね。

もう1つは、手球に少しだけヒネリを与えて①の走りを良くするブレイクで、これは僕の理想のブレイクにも近い、Bクラス以上なら必ず通る、修得したいブレイクです。

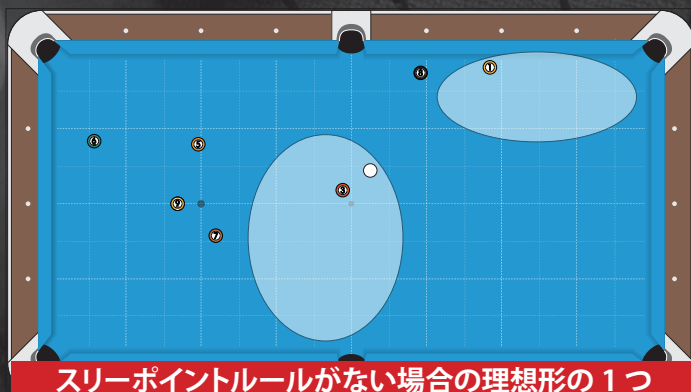
このブレイクはヒネり過ぎると手球のスピードが落ちて①の走りも悪くなるので注意が必要ですが、基本的に①が2クッションして自分側のコーナー付近まで走れば、その時点でイリーガルはないと思います。僕がこのブレイクをする場合は、ワンタップ左、真ん中のほんの少し下をそのまま真直ぐに撞き抜く感じで、見越しは取っていますが、狙いは全厚です。ほんの少し①の左に当たることもあります。それで止まっても、長クッションに入っても良いと考えて撞いています。

強く撞いて真直ぐに当てること自体が簡単ではなく、そこにヒネリも加わるとさらに難しくなってきますので、最初のうちは、ヒネリの量をかなり抑えた撞点から練習していくのが良いでしょう。

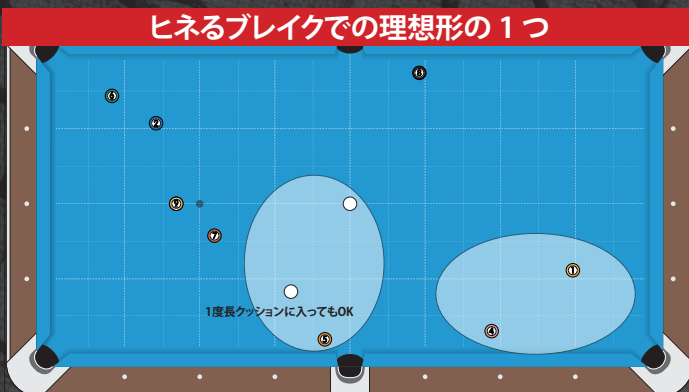
ヒネるブレイクでの土方プロの撞点



ヒネるブレイクでの理想形の1つ



スリーポイントルールがない場合の理想形の1つ



身体を動かすブレイク



KNACK for Intermediate Level

5

スムーズな体重移動で スピード&パワーアップ!

Bクラス以上になると、体重移動と上体の動きがあるブレイクをマスターする必要性が出てきます。実はここが一番難しいところです。まず基礎で学んだスタンスを取って構えます。この時は6:4くらいで前足重心になっています。その後素振りを繰り返して、最後のテイクバックで少し前足を内に入れてつつ身体を後ろに持っていきます。この時に重心は5:5くらいになっています。そして引き切った後は、キューが前に動くのと連動して身体全体が前に移動していきつつ、上体も少しずつ上がっていきます。言葉で説明するとこのようになりますが、この感覚は、実際に動作を繰り返し練習しながら掴んでいくしかありません。

身体を動かすブレイクでは特にブリッジに対する注意がおろそかになりがちです。上体が起き上がるために結果的にはルールから離れるんですが、ギリギリまではしっかりと押さえる意識がとても大事になってきます。

体重移動と上体の動きがある中でキューを出していきますから、右肘も自然と下がることになります。体重移動がない場合はキューを出しすぎない意識が大切ですが、この場合はある程度前に出しても良いと思います。

僕のブレイクでは右足が蹴り上がることがありますが、これは足を上げようと思っている訳ではなく、ショットの強さによって自然にこの状態になっているのでこは真似しないでください(笑)。

KNACK for Intermediate Level

6

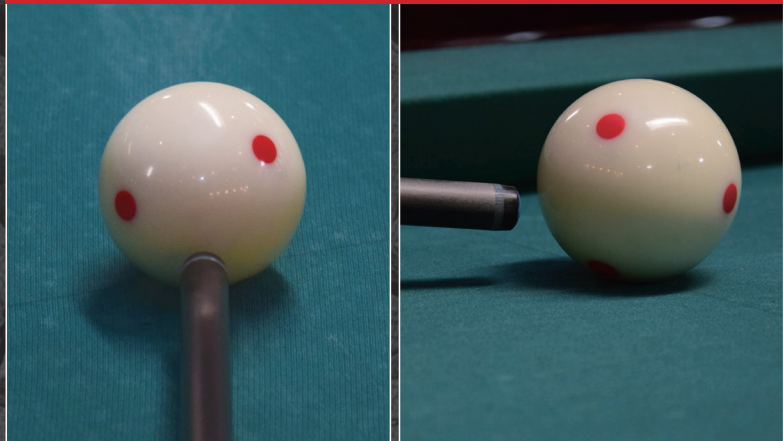
ヒネらないブレイクでも スリーポイントルールをクリア

身体を動かすブレイクができてキュースピードが上がってくると、ヒネりを入れなくても、①が2クッションしてコーナー付近まで回ってくるブレイクができるようになってきます。

もちろんテーブルコンディションによっても変わってきますが、僕の体感では、ヒネるブレイクと同じでほんの少し下の撞点を撞いて、30キロ以上のスピードであればスリーポイントルールもほぼクリアできます。上手く撞ければ28~29キロくらいでも①をしっかりと回せますね。

ここまでがBクラスの方向への、マスワリが出るブレイクと身体を動かすブレイクについてコツです。もちろん通常のショットスキルを上げていくことも重要なのですが、ナインボールではブレイクがゲームを大きく左右するので、しっかりと練習して自分なりのパターンと、強く正確に撞くコツを掴めたら、Aクラスへの道も、一層近づいて来ると思います。

ヒネりなしのブレイクでの土方プロの撞点



パターンを持ち使い分ける！ 勝利に直結させるコツ!!

Aクラス以上のプレイヤーの大きな目標の1つである勝利を掴むために必要なのが、複数のブレイクパターンを持ち、様々な状況によって使い分けること。土方プロが勝利に直結するっておきのコツを伝授する。

KNACK for Advanced Level

7

コンディションに対応したパターンを身に付ける！

僕は今、左サイドから撞く4パターン、右サイドから撞く2パターンの合わせて6パターンのナインボールブレイクを持っています。その中で一番良く使うのは、ここまでで紹介した左ヒネりを少し入れた理想のブレイクで、これに関しては、左右どちらからでも同じように撞けるようにしています。

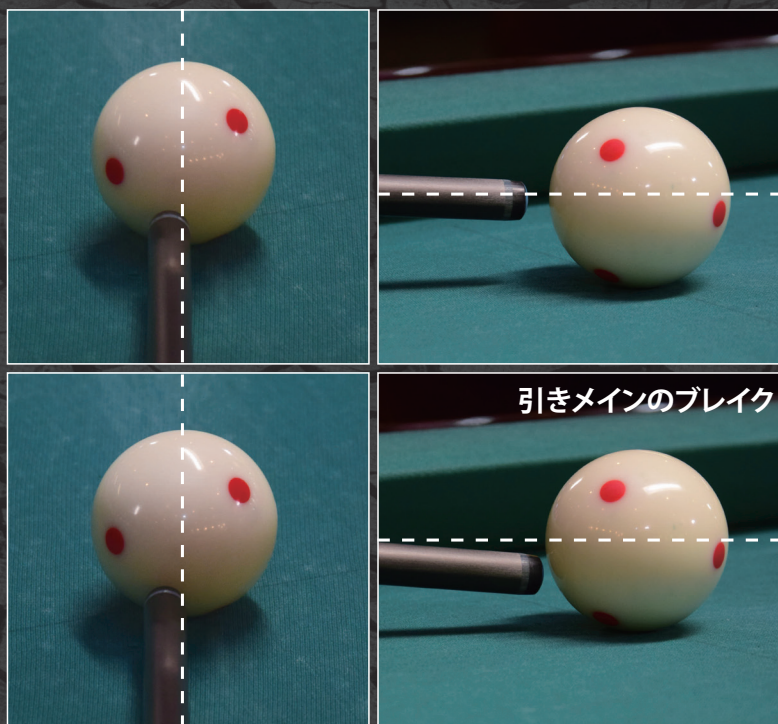
その他左サイドからは、試合で新ラシャやそれに近いコンディションの場合に、ヒネらないブレイクと、安定性を重視した理想のブレイクの撞点で体重移動をしないバージョンを使います。さらにもう1つ、それでも合わない場合には、手球を引いて1度ブレイク側の短クッションに入れ、①は1クッションさせて手球との関係性を作るブレイクを使うこともあります。

では、右からの2パターンを含めた6パターンをどのように使い分けるのか。僕の場合はまず、最初のブレイクで①が理想のコースを走っているのかを確認します。この時①がサイドに入ってしまったら、手球も含めてボールが蹴られたりなど、理想の散り方をしないことがあります。そんな状況の再現性が高いと判断したら、すぐに自分が2番手に決めているブレイクに切り替えます。つまり、テーブルのコンディションというよりも、ボールの動きに注意を払って使い分けるといことです。

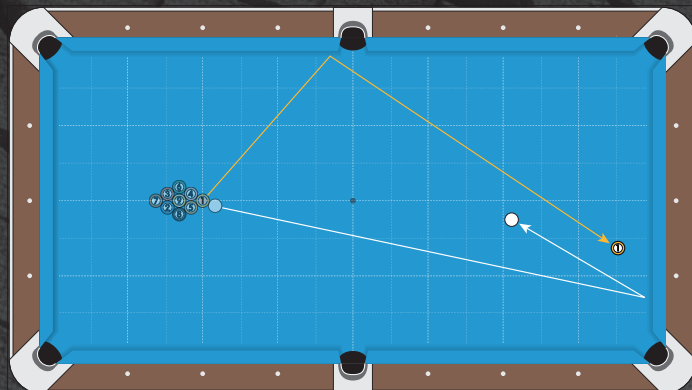
ゲーム中に理想通りの動きはしなかったけど、たまたま良い配置になることはあります。それが続くと、たとえマスワリできていたとしても、自分でテーブルをコントロールできていないということですからかなり怖いです。①の動きについてはもう1つ、サイドポケット付近に走りがちの時に、理想のブレイクからヒネりなしにというように撞点だけを変えることもあります。再現性の点からも、①の動きを変えるために狙う厚みを変えるという対応は、基本的に僕はしません。

Aクラス以上のプレイヤーであれば、最低3つくらいのパターンを持って、その中の2つをメインにして、状況によって選択していくのが良いと思います。この時に自分は何を基準に使い分けをしっかりと決めておくことが大事です。たとえパターンを数多く持っていたとしても、「何となく変える」では、さらに悪い状況になることもあるので、まずは再現性の高い少数精鋭のパターンを極めていってください。

理想のブレイクと引きメインのブレイクの撞点比較



引きメインのブレイクの手球と①の動き



逆サイドでも安定したパターンを作って使い分ける！

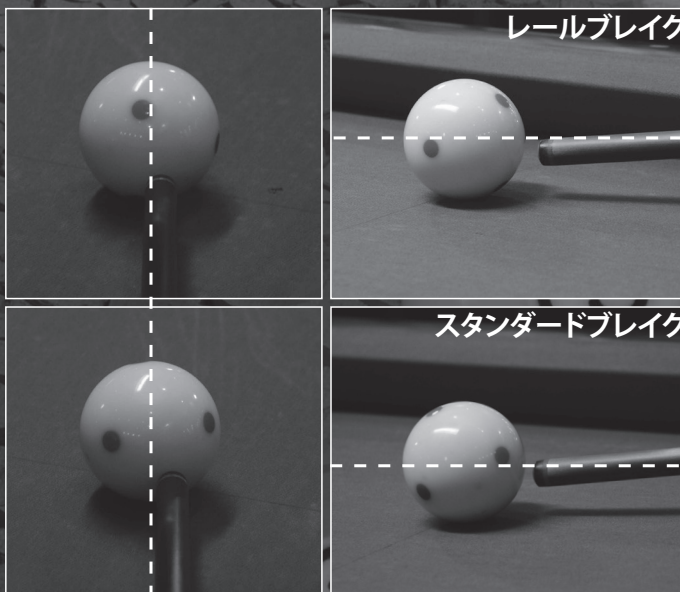
僕は左サイドからブレイクすることを基本にしていますが、テーブルによってはどうしても①の動きが理想通りにならない場合もあるので、右サイドについても2パターンを使い分けることがあります。

その1つは先程も言った通り、理想のブレイクと同じ撞点、同じスピードの右サイドバージョンで、もう1つが、スタンダードブリッジで、ややヒネリが多めのブレイク。ブリッジの違いによってキューの角度が変わることで、体感ではボールの動きも若干変わっていると思っています。これが現在の2番手で、かなり使用頻度は高いです。

このブレイクの場合、①の動きは2クッションでコーナー付近で変わらないのですが、手球については1度長クッションに入れることをイメージして、本当に少しだけなのですが、狙いも①の右側をイメージしています。

理想としては、左右両方で同じパターンを同じように撞けることですが、まずは1つでも自分の逆サイドパターンを持つことをおすすめします。

レールブレイクとスタンダードブレイクの撞点比較



ブレイクが勝敗を決めるからこそ練習の成果が出る！

ナインボールブレイクに限らず、ショット後のボールの動きが毎回同じになるということはありません。時には何をやっても①が理想通りに動かず、ボール同士の衝突も起こって苦しい展開になることもあります。ですが、そこで気持ちを切らさらず集中して戦い続けるためにも、自分なりのしっかりとした基準があるブレイクパターンを持つことはとても重要です。そのためにも、ブレイク後のボールの動きについては、練習でも試合でも、常に注意を払っておきましょう。

もちろん全ての的球をコントロールする訳ではありませんが、僕はブレイク後、必ずボールの動きを追っています。技術的にはショットの再現性を高めつつ、ボールの動きを見ることを繰り返すことで、①だけでなく、その他のボールの傾向も見えてきます。

この経験とそこで得られた知識は、間違いなく、勝利に直結するブレイクを修得していくことに役立ちますので、日々の練習にもぜひ採り入れてみてください！

Information

土方プロがブレイクショットを行いながら、このコーナーで紹介したコツを詳しくレクチャーするスペシャル動画はコチラから。

●視聴方法

下記 URL または QR コードより、専用ページにアクセス。
「ID : cues208sp パスワード : bt33ny」をご入力の上、必要事項をご記入ください。返信メールにて特典映像がご覧頂ける視聴ページをご連絡いたします。

<https://www.billiards-cues.jp/sp/sp2109/>

