

Chess-boxing

Since it began in 2003, the sport of chess-boxing has become surprisingly popular. A chess-boxing match alternates between four minutes of chess and two minutes of boxing. It lasts for 11 rounds unless there is a checkmate or knockout first. The challenge for contestants is making the switch from the adrenaline rush and physical strain of boxing to the concentration needed for a chess game. The effort of boxing deprives the brain of oxygen.

Although boxing and chess may be an unusual combination, a growing number of people are taking up chess-boxing. The rules state that all contestants in official competitions must have competed in a minimum of 20 boxing matches and have a Class-A ranking in chess — one step below Expert ranking. Most of the top chess-boxers are Expert-ranked chess players. Called “the thinking person’s contact sport,” some consider chess-boxing the ultimate challenge for body and mind.

訳 “チェスボクシング”

2003年に始まってから、チェスボクシングというスポーツが驚くほど人気になってきている。チェスボクシングの試合では、4分間のチェスと2分間のボクシングが交互に行われる。チェックメイトかノックアウトが起これなければ、試合は11ラウンド続く。出場者にとって大変なのはボクシングのアドレナリンの噴出と肉体的緊張から、チェスに必要な集中への切り替えである。ボクシングの奮闘は脳から酸素を奪う。

ボクシングとチェスというのは変わった組み合わせであるが、チェスボクシングを始める人は増えている。ルールは、公式大会のすべての出場者は、最低20のボクシングの試合で競っており、チェスのAクラス級（エキスパート級の一段下）を有していなければならないとしている。トップクラスのチェスボクシングの選手のほとんどはエキスパート級のチェスプレーヤーである。「思考する人間のコンタクトスポーツ」と呼ばれ、チェスボクシングを肉体と頭脳にとっての究極の挑戦とみなす人もいる。

Words

alternate / ɔːltəːrnat / [自] 交互に繰り返す
checkmate / tʃékméit / [名] チェックメイト、詰み
adrenaline / ɒdrénəlin / [名] アドレナリン
strain / stréin / [名] (心身の) 緊張, 力み
deprive 誰 of ~ 誰から~を奪う
contestant / kəntéstənt / [名] 競争 [競技] 者
ultimate / ɔltəmət / [名] 究極の



Space Headaches

About half of all astronauts experience space motion sickness as they become accustomed to the lack of gravity in space. In a recent survey, 77 percent of astronauts reported also experiencing mild to severe headaches at least once during spaceflight. These headaches are thought to be unrelated to space motion sickness as they are not accompanied by nausea or vomiting. This so-called Space Headache Syndrome is therefore considered as a separate side effect of space travel.

The causes of Space Headache Syndrome are still unknown. Former astronaut Dave Williams suggests two possible theories. In low gravity, the amount of blood flowing to the head increases. He compares this to standing on your head for a long period of time. He also suspects that astronauts sent to work in areas of a spacecraft with poor air circulation, which creates a high carbon dioxide buildup, may be more likely to suffer headaches.

訳 “宇宙での頭痛”

すべての宇宙飛行士の約半分が、宇宙での無重力に慣れるにつれ宇宙運動酔いを経験する。最近の調査では、宇宙飛行士の77パーセントが、宇宙飛行の間に少なくとも1度は、軽度から重度に渡る頭痛を経験したことを報告している。これらの頭痛は吐き気や嘔吐を伴わないので、宇宙運動酔いとは関係がないと考えられている。したがって、このいわゆる宇宙頭痛症候群は宇宙旅行の別の副作用とみなされている。

宇宙頭痛症候群の原因はまだわかっていない。元宇宙飛行士のデーブ・ウィリアムスは二つの可能性のある説をとえている。低重力においては、頭部に流れていく血液の量が増す。彼はこれを長時間逆立ちすることにとえている。彼はまた、高濃度の二酸化炭素が発生する、空気の循環の悪い場所での作業に送りこまれる宇宙飛行士が、頭痛に苦しむ傾向が強いのではないかと考えている。

Words

astronaut / æstrənɔ:t / [名] 宇宙飛行士
gravity / grævəti / [名] 重力
nausea / nɔ:ziə / [名] 吐き気
vomit / vɒmɪt / [動] 吐く
circulation / sà:kjuləʃən / [名] 循環

