

初めてのトライアスロン at 昭和記念公園

レポート 須藤

初めてのトライアスロン、参加してきました。

昭和記念公園レディストライアスロンはトライアスロンの登竜門。

とにかく何もかも始めて。あまりの緊張状態に、消化不良を起こしてしまった🤢

今回は、宮古島3回出場の大ベテラン関口さんと一緒に参加。

何もかもはじめてな私にとって、とても心強かった。

受付を済ませると、腕にゼッケンNoを書いてもらった。

しかし、そのNoを後に、日焼け止めで完全に消し去ってしまうことになる🚫

トランジットエリアに自分の荷物を置く。何をおいてよいかわからなかったので

周囲の人が準備しているものを真似て自分も準備してみた。

まず、スイムスタート🏊

泳ぎ始めは、水しぶきや人の足とかで、全然前が見えなかったが

一周すると集団がばらけ、泳ぎやすくなった

坦々と泳いでいると、途中で立ったり、いきなり平泳ぎを始める人なんかも居たりして👉

で、スイムアップすると「ぞくぞくと先頭集団がアップしてきました」との放送が

自分はその集団の中に含まれている！と喜んでいたが、

実際は、トップ集団に含まれていなかった(恥

次にバイク。

バイクは、ケイデンス 90rpm 27~33km/h を維持。

カーブがあると、リーニン・アウトなんかしてみたりして、バイクは楽しかった。

もう少し乗りたいくらいだった。

最後にラン

ランの足を十分に残していなかったため、足がとても重かった

さらに追い討ちをかけるように、腹筋がつってしまい

足を進めるたびに激痛が走るの

歩を進めてはとまり、歩を進めてはとまりを繰り返した。

「続けますか？」という係員の声に、途中棄権なんて…！と思っていたので

「はい」と答えた。

ひたすら歩を進めた。

もう、何も考えられなくなり、何周走った(ランは周回コース)かを忘れてしまった。

とにかく走れ！！と、自分に渴を入れ、ひたすら歩いては走りを繰り返した。

やっとの思いで「あーもうすぐ終わる」とゴールテープを切ったら

「ん？？なにかがおかしい」

よく考えてみたら一周足りなかった👹

そんなそんなこんなで、私のデビュー戦は終了した。

月曜日になっても、腹筋に違和感が残ったがその原因は不明である。

しかし、火曜日にアップされたリザルトを、落胆しながら確認してみると。。。

## 完走していました!!

総合 1:40:51 75位/111人中

Swim(750m) 0:18:48 68位

Bike(20km) 0:47:33 53位

Run(5km) 0:34:30 85位

※ 数日後、順位に若干の変更があったようです。

スイムだけ、バイクだけでは通用しないということを身をもって感じた。

ただ、これだけは言える

## トライアスロンは面白い🍷



次のレースも、頑張ります。