

## 銚子にのって!?ショートデビュー戦

Report by Y. S

9月19日、締め切りぎりぎりに、銚子マリーナトライアスロンにエントリーした。正直、銚子は、完走できる自信が全くなかったもので、できるだけ参加を遠ざけていたのだが、9月に参加予定だったレースが台風で中止になり、ヘタすると、今シーズンはスプリントの大会(詳細は[初めてのトライアスロン at 昭和記念公園 2008年7月6日参照](#))で終わってしまいそうだったので、完全燃焼するため&来シーズンのミドル or ロングの大会へのステップアップのためにと、**銚子(調子)にのって!?**エントリーしてしまった。(このフレーズを使いたかっただけ↑です。)

銚子マリーナトライアスロンの事前情報によると、

- ・ スイムは日によっては潮の流れあり
- ・ バイクは国内屈指のテクニカルなコース
- ・ ランはフラット

……………(((; °Д °)))ガクガクブルブル ………

### 10月4日(土) 移動日

完走するためには、前泊し、万全の体調で挑まなければ不可能と考えていたので、土曜日は移動日とした。浜松町から銚子行き的高速バスに乗る。銚子市に差しかかると、次第に風力発電の風車の数が増えてきた。この辺が、風の強い地域であることを嫌でも思わせられる。



銚子駅でバスから降り、前日受付を済ませるために、自走で銚子マリーナに向かう。距離にして4km。自走で行ったのは私だけかと思っていたが、他にもいらっしまったのでちょっと安心した。

受付を済ませ、バイクコースの下見に向かった。バイクコースは旧有料道路で行われる

が、バイクコースに向かう前から既に微風が・・・ΣΣ(°□°;)。

そして、いざ試走。微風は横風になり、横風のボディブローに何度も心が折れそうになり、さらにアップダウンがあることにショックを受ける。なんとか1週回下見完了。次第に不安になり、テンションが下がりまくる。

### こ、これは、作戦を練らなくては・・・ (´д`|||)

ここ数日、体調をくずしていたこともあり、偏頭痛が発生。ナーバスになると本当に完走できない気がしたので、明日のことは明日考え、21時30分には床に就いてしまった。

### 10月5日(日) 決戦日

朝4時30分起床。ちょっと早すぎたかなと寝なおす・・・いやいや、寝なおしてどうすると、自分の中で葛藤していたら、いつの間にか5時30分になり、出発。

6時に現地に到着。トランジションエリアには、まだ誰もバイクを置いていなかった。係員さんに「どうぞ」と言われるがままエリアに入ったが、まるで気合が入っている人のようで、ちょっと恥ずかしかった。

で、バイクのサイクルコンピュータをリセットしていなかったのを思い出して、トランジションエリアに戻り、適当にボタンを押したら、Setup画面になってしまい、慌ててメカニックサービスに助けをもらった。で、あたふたしていると、石原さんに遭遇！ちょっと会話をし、落ち着きを取り戻した。石原さんからバイクコースの攻略法なるものをご教示いただいた。その秘策は次のページに…。

トランジションエリアに人が集まり始めてからは、時間が過ぎるのが早かった。ボディナンバーを施し（今回は、ナンバーを日焼け止めで消し去ってしまう失敗を回避！）トライスーツに着替えた。で、その上からウエットスーツのズボンを履き、スイム会場に向かった。アンクルバンドを受け取り、さあ、ウエットの上着を着るぞっと・・・ところが！！**ウエットスーツを一人で着れず、近くにいた参加者に手伝ってもらった。**（恥ずかしい！）スイム会場では、石原さんの奥さんも応援に駆けつけ、3人で話してたら、緊張がかなりほぐれた。知っている人が居るのはとても心強い。今回も勇気もらった。

そして、銚子マリーナトライアスロン劇場の始まり始まり～

## ファ～～ン (スタートの音)

スイム(1.5km) : パパパ…パニック！！

人生2度目の海での遠泳、そして2度目のバトル。たくさんの人に蹴られ、足を触られ、それでも平静さを装っていたが、次第に息が苦しくなる。呼吸が整わない・・・

**ど、どうしよう・・・**

どうしてココにいるのかすら判断できないくらいパニックになった。生まれて初めての経験だった。もうヤメたい、救命ボートが私の尋常でない姿に気づいた。

いやいや、ちょっと待ってくれ。立ち泳ぎして10秒くらい考えた。そうか、息継ぎだ。今まで3かきして一回息継ぎしていたが、2かきで一回の息継ぎに切り替えた。そしたら今までのパニックが無かったかのようにスムーズに泳ぐことができた。そこからスイムは快調！スイムアップすると練習でも出たことのないタイムをたたき出した。

(0:33:53 362位/531人中)

※エントリー数は531人

### バイク(40km)：必殺！？省エネモード

さあ、問題のバイクである。石原さんから教えてもらった秘策とは「下りのスピードを使って、坂を上りきる＝できるだけブレーキを使わない」ということだった。

バイクスタート！下りで加速したスピードで坂を上りきれないときは、富士ヒルクライムの特訓で開発した(?)チンタラ走行を実施。必殺**“省エネモード ~バイクも人も自然にやさしく~”**お陰で、前回のようにバイクで足のスタミナを使い切らずに済んだ。

レースの途中、路上で怪我をされた方を見かけた。体は動いておらず、救急車を待っている状態だった。心配してた強い横風は殆ど無かったが、レースではいつ何が起るかわからない。怪我をされた方の無事を祈るばかりである。

(1:44:07 427位)

### ラン(10km)：練習の成果を発揮できるか??

いよいよクライマックスのランである。ランスタートしたのが10時45分過ぎ。前回の経験からすると、ランでは1時間10分かかると見積もっていたので、欲を出さずに快適に走ることを心がけた・・・が、やっぱりバイク後のランは辛いつず(T\_\_T)

どうにもならないもどかしさと戦うこと5分、ようやく足がランに適用し始めた。

右手には海岸線、左手には千葉科学大学の建物。そして私は蚊に容赦なく刺されまくる・・・。そんなかゆみに耐えながらも、海を見ながらのランは最高だった。改めて銚子に来て良かったと思う。実は、ランは3種目の中で一番苦手。その苦手を克服したい！そんな一心で9月からランの練習量を増やすことを意識した。週末はLSD20kmにも挑戦した。平日は10km走ることも心がけた。沿道の応援、ボランティアの激励をエネルギーに変えて走り続け**Finish!!**練習の成果が出てとても嬉しかった!!!

(0:59:53 384位)

## レースを振り返って

今回の銚子マリーナは、参加するまでは完走できるかとても不安でしたが、今回も多くの方々の支えと、自然が味方をしてくれたこともあり、無事完走することができました。

ショートレースに参加するために、昭和記念公園のデビュー戦以来、週5～6日の練習をつみ重ねてきました。が、ときに仕事が忙しかったり、練習がマンネリ化したりすると、モチベーションが下がりかけたときがありました。

しかし、ハートビューの皆さん始め、友人や会社の同僚など、たくさんの方々から励ましを頂き、練習頑張るぞ！とエネルギーをもらいました。そう考えると、トライアスロンは個人部門というカテゴリーがあるけど、一人でやっているわけではないんだなあと感じます。皆様、本当にありがとうございます。

今回でレースの参加が2回目となりましたが、やはり、トライアスロンは楽しいと思いました。参加者だけでなく、家族、友達、大会関係者、ボランティアの方々の気持ちがひとつになって盛り上がっているのを肌で感じる事ができたからです。

これからも色々な大会に挑戦していきたいと思います。

総合記録：3:17:53

総合順位：421位/531人中

女子総合：43位/60人中（年代別：8位）

