

第31回 全日本トライアスロン皆生大会（2011）レポート

棚澤 信

開催日：2011年7月17日（日）

念願の皆生、初参加である。2010年の佐渡A、今年に入ってから宮古島、五島と、1年間の国内ロング4レース完走を目指した締めめのレースだが、バラモンキングの豪雨と対照的な猛暑のレースという予報だった。参加者が圧倒的に西日本に偏っているせいか、金曜日に米子に向かう飛行機でそれらしい人は見かけなかった。離島と違って米子は大きな町である。街でトライアスリートが目につかないのと同様、他の3レースとは随分と違って、交通量の多い幹線道路が密集しており、レース中に信号待ちがあるのもやむを得ないと実感した。このような環境でロングのレースの開催を続けているのは、日本のトライアスロン発祥の地としての意地だろうか。会場の下見を兼ねて、視界のあまりなくスイムコースで試泳、風車が並んでいるのが見えるが、やはり波も高く水温も高い。温泉に入って、米子に帰る。翌日は下見バスで、上り続きのバイクコースに不安を高める。午後は選手受付と開会式、ルーツ説明会に参加。今さら説明する意味がないからなのか、コース的に意味がないからか、ドラフティングに関する注意などは皆無だった。レース前日は10時に就寝、眠りは浅かったが4時前まで眠れた。



十分な明るさの中、邪魔なトランジションバッグ3つをかけて自走でスイム会場へ。会場はコンパクトで予想より早く準備が整い、控えの体育館でストレッチなどしながら過ごす。ウェットスーツが何か所か破れかけて、不安を感じる。水は昨日よりは冷たいが、うねりは高い。スタートは、浜を少し走って、海に入ると急に深くなる。右で息つぎの自分は、250mの左折までは目標が確認しづらく不安である。うねりに上下されながらも、周りの人を避けてアウトコースの右へ逃げる。ゴーグルが曇り始めて、ますます方向が分かりづらくなったが、落ち着いて周りの人の動きを見ながら左折。岸に近い左側を泳ぐが、人をよけたりしている間にブイやインコースの人はずいぶん遠くに見えるようになる。うねりも感じなくなり、進むと思って泳いでいると、岸に流されてしまうようだ。ゴーグルは曇ったままで視界が悪くて不安なので、方向転換してブイに近づく。何度も方向転換を繰り返し、曇ったゴーグルに我慢して中間の上陸地点を目指す。上陸前の立った時の表示で28分ちょうど、予定通りである。ゴーグルをゆすいで泳ぎだすと、いきなり折り返しになり、人が密集する。間もなくゴーグルは曇り気味になるが、岸やテトラポットの島を見ながらの泳ぎなので、あまり不安は無い。コースロープ沿いに泳ぐ人が近づいたり離れ

たりする。周りの人と同じくらいのペースで泳ぎ、右折してゴールに向かう。流されて自然に泳ぐとゴールの堤防のオープンスペースを超えそうになり、何度も方向転換して目標の方向へ。さらにゴールの斜面の上り口は数メートル分に制限されていて、岸に着きかけてから方向変換して上陸地点へ、斜面を慎重に上ってゴールへ。57分06秒(157位)、概ね想定通りである。

ヘルメットもシューズも突っ込んであったトランジションバックの中でサングラスの弦が折れていた。この天気で厳しいが、走るのには支障が無いと思い直して、日焼け止めを塗って、給水してバイクスタート。川沿いの道をキープレフトで走る。逆風で思うように進まない。一列の集団が前に見えるが、一般車両も走っておりドラフティング集団にトラップされたような状態になる。道路の真ん中を走っていいものか様子が掴めないまま、アタックの様に集団を抜いて再び左へというような動きを繰り返す。間もなく10kmのエイド、見通しの悪い狭い道のアップダウンや道路をくぐるトンネルのバイクを降りる区間、リズムの取れないバリエーションを抜きつ抜かれつである。大山へ向かう道も、やや上りが続くが温存気味の走り。大山のペンション街の折り返しへ向かう延々の上り、傾斜は予想ほどでは無いがひたすら続く。抜かれ続けだが、必要以上に頑張らずに折り返しまでの我慢の走りである。路上の表示はすでに30度以上になっている。余裕は無いが

天気が良くて景色が良い。下りのバイクとすれ違い、抜いていく自動車もあり気を抜けない。沿道から160位と声がかかるが、抜いてく人を数える気力は無い。下りになると気合を入れなおして頑張る。虫が飛び込んで来たり、頭にかけて水が下を向いたときに目に入ったり、サングラスが無いの



がつらいが、気持ちよく下る。下見では折り返した先のジェットコースターと呼ばれるコースも、思い切り下った勢いを上りきるまでがんばって維持する。しかし、水分の補給は激しく、エイド間をボトル分では持たない。一つのエイドで2本受け取っても足りなくなる。折り返しのエイド、停車して水をかけてもらい、スイカやメロンを食べる。帰り道は追い抜き傾向、カーブのジェットコースターは対向してくる選手や一般車がいて危ない。時々、レース中と知らないような一般車に無理な追い越しをかけられたりもする。のこり20kmを切ったあたりで急にメーターが動かなくなる。かぶり続けた水のせいだ。周りの人もまばらで、遠くに見える前の選手を目指して進む。河原のサイクリングロードは、帰りも逆風だった。ボトルは空だが見た事のある風景になってきて、橋を渡ってバイクゴールへ。5時間10分30秒(130位、通過123位)、下見での予想よりは少し早い。

バンダナを広げてサンバイザーの後ろから垂らして直射を防ぎ、冷却グッズを首に巻くが、炎天下の1時過ぎのランスタートである。海水浴場のトイレに寄って、ついでに水を

被って、一般道のコースに出る。序盤は長い信号だらけで、引っかかったら日陰で休む。予想では、全行程で2~30分の信号ロスであるが、変わりたてだと10人くらい追いつかれる。逆に、前の信号で先に行った人達に信号待ちで追いつく。大通りを右折すると、大きな信号待ちは無くなる。私設エイドのホースの水などにも助けられて最初のエイドへ。一杯の水では足りない。最高気温35度、日射と道路や建物、車の照り返しの輻射熱、シャワーを浴びたかのようにかぶった水もすぐ乾いてしまう。すでに競走ではなく周りの選手は気にならず、ひたすらゴールを目指すサバイバルである。10kmのラップは75分、暑さの他にも信号待ち、歩道橋、エイドでの水浴びとタイムロスは多く、どれくらいで走っているかはよく解らない。10kmすぎでトップとすれ違う。信号の手前では歩いていたが、15kmあたりの空港手前で、普通の道でも歩き出す。次のエイドが遠くてのどが渇くが補給もできず、手もしびれてきた。汗をかきすぎて、血がめぐらなくなってきたのだろうか、無事なゴールが大事なので体が落ち着くまでは無理をしないようにする。なんとかエイドにたどりつき、ペットボトルの容器をもらって、持ちながら走る。全部歩いても完走できるかとか、次の信号の青に合わせようなどと計算しながら走ったり、歩いたり折り返しに。海峡をはさんで島根の山を望む景色を見られるくらいゆっくりの走りだった。スペシャルエイドは熱中症対策のOS1、状況は予想通りだが、ラップはすでに3時間だった。なんとなくの目標は明るいうちのゴールになった。たぶん7時半くらいだ。歩きがちだが、少し気温も下がってきたのか、辛さも減ってきた。手放せなかったペットボトルの水もヘリが遅くなってきた。30km当たりのガソリンスタンドでトイレを借りる。水分不足は解消したようで、熱中症の危機は去ったようだ。すれ違う選手も少なくなって、割と誰にも会わない区間があって、抜いていく選手もなかなか離れていかない。道が分かるだけ行きよりは気持も楽だ。信号ダッシュだけは元気だが、それ以外はこれ以上遅くは走れないという速度だ。米子に戻ってくると、また信号待ちや歩道橋が続く。ペースは上がらないが、足のダメージもないので最後の水路沿いの道は気持ちよかった。突然スタジアムが現われてゴール。6時間11分01秒(523位)は、予定の6時間をわずかに下回った。暑さを苦手としている自分としては、何とか乗り切ったという感じだ。いろいろの暑さ対策の効果は何とも言えない。なんとか明るいうちに着いたというだけで、国内ロング4連戦を完走



したという感慨は無かった。トータルタイムは、12時間18分37秒（334位）、完走652人の完走率は81%という厳しいレースだったことを考えるとよしと思う。救急車のサイレンもときどき耳にしたし、スタジアムの救護室前には点滴を受けながら横たわっている人が並んでいた。シャワーを浴びて、マッサージを受けて、シャトルバスで皆生のトランジションへ。バイクで慎重に5 km、米子に戻った。交通事情などの厳しい条件下、コースもスケジュールもコンパクトにまとまっていて、開催し続ける工夫や苦勞が感じられた。初参加のアウェーの大会、軽く来年もとは言えないとても苦しいレースだったが、終わってみれば勝手が違うこともいろいろあって面白かった。