

## 第 27 回全日本トライアスロン宮古島大会レポート

棚澤 信

開催日：2011 年 4 月 24 日（日）

今年のこのレース、東日本大震災の影響は避けられない。横浜でも2月から節電で泳ぐ場所も無く、日が暮れると道路が真っ暗で走るのも危ない状況。被害の大きさや続く余震のために下がるモチベーション、予定していたマラソンレースも軒並み中止に。2月も仕事の都合、天候、体調不良で練習不足だったので、直前の数週間に急ピッチで体を作って疲れをとる間もなく宮古島に。震災の影響でそれどころではない選手、来れなくなってしまった選手も多いようで、例年とは少し様子が違うようだ。いつになく気温が低く、Tシャツでは寒さを感じるほどで、前日は強風、試泳すると危険を感じて折り返すほどに波が高かった。十分な準備とは言えないが、自分を信じて自己新を目標にスタートしよう、ただ、この状況なので自分の体調に応じて無理なく柔軟に対応しようと思った。

レース前日は割とよく眠れて、当日の体調としては良好だった。砂が冷たくてスイムスタート位置に向かうのも辛い。昨日とは大違いの静かな海だった。

想定タイム順にインコースから並ぶ。想定1時間あたりから外へ向かって泳ぐと、比較的邪魔されずに進める。外側のコースロープが途切れるあたりに差し掛かると、人が密集しだし囲まれて、思うように動けなくなる。酸欠気味になり、脱出するためひたすら外へ泳ぎ、コースアウト気味に。周囲に人はあまりいなくなり自由に泳げるようになったが、選手の群れははるかかなたに見える。態勢を整えるために静かに泳ぐ。少し余裕を取り戻してコースに向けて徐々に方向を変える。どこら辺を泳いでいるかわからない。インの側には幅広く選手の帯があるが、近くの選手たちの巡航速度には乗っている。遠くにブイが見え、視力の限界に近い距離表示を何度かの息継ぎで確認すると1300m。最初のコーナーは気付かないほどバタバタして大回りをしたようだ。まだ半分以上あると思い直し、レースの気持ちを取り戻して泳ぐ。第2コーナーも大回り、アウトのコースロープにぶつかる。時々集団に飲み込まれるが、頑張る前に、あるいは外に避けながらゴールを目指す。中盤からは立て直したが、56分04秒（352位）、可もなく不可もないタイムで、トランジションへ砂浜を走る。

練習不足だが、ホイールを新調し、技術レベルも上がっていると信じているバイクスタート。いつもと風向きが違い、いきなり逆風気味で思うようにスピードが出ない。なんとなく抜かれ傾向。足の付け根に乳酸がたまっている感があって力が入らず、ちょっとした上りもつらいが、回転数維持を意識して我慢の走り。ドリンクのクエン酸よ、効いてくれと願いながら補給。自分の調子は別として、去年よりは風が優しく、池間島でも苦労がない。完璧な晴天で、



海がとてもきれいだ。今まで宮古島の坂なんかあまり意識したことは無かったが、東平安名崎まで頑張らない我慢の上りをいくつか凌ぐ。下りをがんばって七又海岸あたりから抜き傾向に。2周目に入るが逆風気味で、集団に追い抜かれたり、こぼれた人を一人ずつ抜き返したりと、補給や腰のストレッチをしながら我慢の走り。池間島から帰ると調子が上がってきて無敵の走り、遠くに見える選手が次々近づいてくる感覚だった。平均速度は32km/h、バイクゴールが惜しく感じた。5時間01分59秒（209位、通過216位）、前半は不調だったが、結果的にバイクはわずかに自己記録を更新していた。

かんかん照りの中、ランスタート。最初の5kmのラップは31分、途中のトイレ休憩を考えると想定通り。10km位でトップとすれ違う。後半はいつも歩いてしまうが、最後まで走り切ることを秘かに被災地に誓う。ランの目標は4時間半だが、折り返しで半分以上かかっている。ペースは5kmで34分台だが、25kmでも30kmでも走れなくならなかった。天気の割には涼しかったが、水をかぶっても次のエイドまでには乾いてしまう。手足の日焼けの痛みも気になりだす。35kmでトイレ休憩。自己記録も厳しくなり、走り続けること以外の目標が無くなる。空港周辺の残り5kmで脚のダメージで失速しだす。7分/kmを大きく下まわるペースで、最後の上りだけで何人に抜かれたことか。スタジアムでは、宿つながりの地元(?)の方々に迎えられてゴールに。4時間55分03秒(592位)、歩いて走ってもそんなにタイムは変わらないんだなとも思ったが、走り通せたことは次につなげよう。

トータルタイムは、10時間53分06秒(387位)、レースコンディションもよく、終わってみれば自己新も狙えた惜しいレースだった。復興支援をテーマにしたトライアスロン、余震も停電も忘れて、思い出深い一日になった。無事開催されて本当に良かった。レースが終わった後の解放感もいつも以上だった。

