

2013ITU 世界ロングディスタンストライアスロン選手権レポート ITU Long Distance Triathlon World Championships 2013 Report

開催日：2013年6月1日（土）
開催地：フランス・ベルフォール
Belfort

棚澤 信 Makoto KURUMISAWA

オフィシャルツアーに申し込み遅れて、締切りのひと月後になきつく羽目に陥ったものの、去年に比べると心身の準備をしてきたと思う。スイムの寒さ対策でGWに海で泳ぐ練習をしたり、バイクコースに合わせて傾斜が近いヤビツに3回も通ったり、クライム重視の練習をした。現地の寒さ情報などもあり、ルール変更に合わせて防寒の備えも持ちこんだ。直前のひと月でロングに2回出ていた去年と違い今シーズンの初レース、これといって気になる不調もない。前日に現地入りした去年と違い、日程にも余裕がある。

日曜にバイクを送りだし、火曜日の夕方フレックスで会社を抜けて成田へ。去年よりも知り合いも多くリラックスできた。ドバイに真夜中に着くまで、食事以外はほとんど眠っていた。長い乗継時間の後、チューリッヒまでの7時間弱、さらにバスで3時間の長旅だった。ベルフォールの街を歩く人は冬の装いだったが、耐えられない寒さではなかった。



ホテルに着いたのは6時近く。バイクを組み立てて、近くのスーパーで生活用品などを調達、ついでに閉まり際のカフェテリアで野菜中心の夕食。レースまで2日もあり、去年に比べれば余裕である。2日目の朝に受け付けを済ませ、いつ来るか解らないバスでレース会場へ行った。まだ設営途中という感じだった。ウェットを持って行ったが、手を付けていられないほどの水の冷たさに試泳を断念。スイムがあったらその後のバイクへの影響もあり、耐低温ですべてが決まってしまうレースになりそうだが、1回の試泳で慣れられる訳でもない。スイムがあったらぶっつけ勝負、リタイアしなければよしと割り切るしかない。街に戻ってピザの昼食、10km程度のバイクチェックの試走ついでにシンボルのライオン像を見に行った。交通量の多い街中の右側通行は難しい。日本チームのミーティングがあったが遅刻、すでに第1ランの説明をしていた。デュアスロンへの変更は、自分のパフォーマンスには不利になるが、心配事はバイクの下りだけになった。結局競技は、第1ラン9.5km、バイク87km、第2ラン20kmとミドルのデュアスロンになってしまった。開会式は、物まね歌手？のステージと、各国チームの紹介、意外と面白かった。パスタパーティーはパスタとリンゴのみだった。1カップテイクアウトして、歩いてホテルに。レース前日は、朝に軽くランニング、午前中にバイクの寒さ対策として洗い物用のゴム手袋を入手し、レースギアの準備、近所のケバブ屋で昼食。雨でバイクチェックインへの自走は断念、バス待ち時間はバイク部屋の地べたに座り込んでまったり過ごした。チェックインはユニフォームチェックも無く、あっけないほどスムーズだった。夜はチャイニーズ、全くフランス料理とは無縁だった。

4時ごろ起きて、2本目の5時半のバスで会場に。まだ人はまばらだったが、日本人率は高かった。昨夜までの雨でぬかるんでいたが、止んでいた。自転車のカバーの袋を防寒に再利用して、暇つぶしにぶらぶら歩きまわった。寒さでトイレが近く、スタートまでに何度も通った。

エリートから次々レースが始まって、いよいよ自分たちの組のスタート。集団についていったが、キロ4分を切るペースだったので、ファーストランで無理するなというアドバイスに従い、ソフトランディングで脱落してマイペースに。前も後ろも徐々に離れて、縦に長くなって、沿道に牛がいたり、ぬかるみがあったりする砂利道を走る。そうこうしているうちに次のウェーブの速い人達が抜いていく。急な上り下りもあり、半分くらいが未舗装でクロカンコースのようだ。ペースが合うオランダの選手に付いたり離れたりしながら走る。残り1キロほどで、バイクトランジションの手順を復習しながら呼吸を整える。46分19秒(75位/83人)、レース中にタイムは見えていなかったが想定通りのタイムである。

トランジションのテントには、先行していた選手たちが多数いた。長袖シャツとJAPANのジャケットを着こみ、ゴム手袋をする。バイクはぼつんと残っているという状態でもない。記録を見ると、トランジションで5人抜いている！！

バイクに入って形勢は逆転、抜き傾向で始まる。でこぼこの舗装がされていて、路面の抵抗が大きく、坂でも逆風でもないのにペースが上がらない。石畳も危ないので減速を余儀なくされる。それでも、外国人選手に張り合っただけで平地を飛ばす。第1ランで抜かれた日本人選手を、逆の順に抜き返していく。道路に設置されている速度計が前を行く自転車の速度を表示している。自分が通過するときも思わず見てみると、メーターとほぼ一致している。ドリンクを飲み干して、エイドが待ち遠しい。町には、応援の人がいて、教会の鐘が鳴る。雨に降られる前に峠を越えたい。山岳コースに差し掛かると、いきなりポスターにあったつづら折りが現れる。これくらいは日本によくある上りだが、その後は緩まる所のない上りが続く。インナーローにフィックスで、ギアチェンジのバリエーションは無く、シッティングとスタンディングで傾斜の強弱を吸収する。周りの選手より回転数が少ないので、同じ速度でいるためにスタンディングが多めになる。選手は道路いっぱいにはたき、止まりそうな選手が右端、速い選手が左側を駆け上っていく。ピークもそろそろと思ったところに、不意に霧に覆われた。上りでは止まらず行こうという気もあったが、バイクに括り付けていたウィンドブレーカーを胸に挟んで防寒を図るが、風も強く急に寒さも感じたので右側に停止して着こんだ。間もなく下りに入ったが、視界はあって路面に水が浮いているようなこともない。まわりのペースに合わせてゆっくり下りる。選手は左車線も走っており、おのおのカーブでふくらんだり切れ込んだりして、抜くに抜けない。突然右側を凄く速度でぶち抜いて、一瞬のうちに消えて行った選手がいた。上りで弱っていたA選手だった。周りの選手の動きによっては即クラッシュの、まさにカミカゼダウンヒル、危険だから下りは慎重に行きましょうと言っていたレース前の彼のコメントを思い出して苦笑。それにつられるように、一人ずつパスして下っていく。下り切って漕ぎ出した瞬間、内腿に痛みが走った。動かすと左足が攣るので、ペースダウン。補給をしたり、ストレッチをしたりしつつ、ごまかしながら走るが軽い上りでも辛い。そのうちにシッティングでの巡航は可能になった。そうこうしているうちにカミカゼA選手に追いついた。次第に足も落ち着きだし、ランの事は考えずに戦闘モードに戻る。周辺の選手と、抜いたり抜かれたりする度に声を掛け合ったりして楽しかった。狭い生活道のような所を走って、応援の多い公園内を走ってバイクゴールに。バイクラップは3時間8分27秒(56位)、乗っていた感じの割にはたいしたことない結果だった。

何時になく気が利いて、シューズのバックルを外してゴールしたが、トランジションでぬかるみを長く走ることになり、足を取られて裏目に。トランジションのラップは31位と、予想外に上位。噛みこんで開かなくなったウィンドブレーカーのジッパーをカブクで壊した甲斐があった。この時点で年代60位だった。

2ndランに入って沿道の人が途切れた数百メートル地点、足が攣りだして走り続けられなくなった。20kmしかないのに完走と思うと時間はあるし、仕方ないと思いつつごまかしごまかし進む。抜いていく日本人選手たちも、みなさん足が攣りかけているとのこと。エイドでの補給は欠かさず、走れる範囲で走る。1stランで走ったので、コースの

感じも大体わかり、淡々と歩を進めるうちに攀りの危機は去っていく。周回のエリアが唯一応援の多いエリアである。青いリストバンドをもらって、2周目に入る。律速は攀りの危険から、腿前の筋肉痛になりつつある。急な上り、忘れたところに足が攀りだして歩くことに。周りも結構歩いている。筋肉痛と攀りの二本立てになったが、残り距離も短い。オレンジ色の二本目のリストバンドをもらって、ゴール前では日の丸の旗をもらって旗を振りつつ、ハイタッチをしながらゴールへ。ランラップは1時間5分52秒（70位）、トータルは6時間0分26秒（63位）だった。レース前の想定タイム通りだった。

もらった完走メダルは、物理的に大きく、とても重かった。補給テントでいろいろ食べながら、次々ゴールしてくる日本人選手と談笑。着替えてフランス式のマッサージを受けて、雨が降り出し寒さも感じる中、ゴールする選手を迎えた。夜は表彰式とパーティー。日本チームで入賞者もいて大いに盛り上がった。ダンスが盛り上がり始めたころには撤収した。翌朝は脚が痛くて5時前に目が覚め、バイクの掃除と荷造り。出発時間までには完了し、チームワーク良くバイクをカーゴに積んでスタート。走りはじめようかという瞬間にパンクで停止。カーゴ1台分の荷物を2台のバスに分乗して再スタート。最後まで予想外のアクシデントに見舞われ、荷物に囲まれてチューリッヒに。途中の川はイメージと違う濁流で、異常気象を象徴していた。行きとは違い、あまり寝ないでドバイ、成田の長旅。もう少し何とかと思うことも多いが、客観的に実力を考えると、レース結果はまずまずだったと思う。気持ちにも余裕があったし楽しい2回目の世界選手権参加になった。

