

第 27 回宮古島トライアスロン参戦記

西川 剛

2011 年 4 月 24 日(日)宮古島トライアスロンに初出場しました。トライアスロンを始めてからというもの、例年、仕事が決算の繁忙期にあたるため、これまで出場を見送ってきましたが、違う部署に異動になったこともあり、昨年の 11 月に思い切ってエントリーを決意しました。

屈指の人気レースのため、参加実績のない私は、恐らく抽選漏れ確実と予想しておりましたが、何と当選してしま

いました。年末は冬季休暇を利用して、自転車担いで宮古島へ下見旅行に出掛けたり、レースに向けてモチベーションと練習量を上げていこうと目論んでおりましたが、日頃の疲れ、それを言い訳にした秋からの走り込み不足と厳冬の寒さが相俟って、なかなか調子が上がりません。2 月下旬によくバイクを乗り始め、週 1 ペースで 100 キロ程度美山方面へのバイクライド(3 月下旬の佐々里峠は雪だらけ)。週 1~2 回 1.5~2 キロのスイム練習。帰宅 8 キロランがレースまでの主な練習メニューとなりました。

宮古島には金曜日に入り、受付を済ませ、その晩はパーティーに参加しました。会場は完走を目指すアスリート達の熱気に包まれ大いに盛り上がりました。(ビールも料理も豊富で大満足！！)宿は宮古島ユースホテルを年末の旅行時に予約しておき、顔繋ぎしておきました。何と偶然にも一ニ三さんと練習パートナーの山本さんと同宿でしたので、経験者のお二人にいろいろとアドバイス&サポートいただき、和気あいあいとトライアスロントリップを楽しむことができました。(私と同宿であったため、必然的にお二人のアルコール摂取量が普段のレース前以上に増えてしまい、レースパフォーマンスに悪影響を及ぼしたのではないのでしょうか。ごめんなさい。)

4 月 24 日、レース当日です。午前 3 時半起床。外は真っ暗。息が白く見える程寒い朝でした。スタート会場のバイクトランジットエリアでは暗闇の中、既に多くのアスリート達がレース前の最終準備(トイレ)に余念がありません。私も待つこと数十分やっと辿りつけました。このコンディション調整は本当に難しいですね。やがて明るくなり、快晴の空の下、冷たさの残る砂浜でスタートを待ちました。午前 7 時スタートの号砲とともに約 1500 人が一斉にスタートします。水温は 21 度とちょうど良い感じです。スイムが遅いため、スタート当初は大渋滞に巻き込まれ、なかなか自分のペースが掴めません。折り返し後もかなり蛇行しているようで、なかなか岸に辿りつけません。上陸後のランでなんとか 1 時間切りを果たし、バイクトランジットへ向かいます。(この距離がかなり長かったです。次回は草履を袋に入れておくことにします。)



バイク155キロは例年、風との戦いだ
そうですが、今年は、それ程でもなく、
そのお陰で全般的にバイクパートで
は好タイムの選手が多かったようで
す。私はたとえば、1周目100キロ辺
りまでは、集中して走れたのですが、
それ以降は90回転、30K/Hを下回り、
ペースダウンしてしまいました。タイ
ムはさておき、宮古島のバイクコース、
特に東平安名崎に向かう道は、下り
がメインなので快調に飛ばすことが



できますし、雄大かつ美しい海岸線や水平線を見ながら走れます。青い空と吸い込まれるよ
うなコバルトの海に架かる池間大橋や来間大橋をはじめそのロケーションは本当に素晴らし
く、この時期に宮古島でトライアスロンやっている自分はなんて幸せな男なんだろう……と思
ってしまいました。そんな具合でバイクを満喫し、5時間を少々切るタイムでバイクゴール。

トランジションもスムーズにいき、
次はお得意のラン！！前を走るきむ
かつ君、一二三さん、山本さんに何と
か追いつこうと後を追いますが、圧倒
的なバイクの差を縮めることが出来
ません。気温は25度ぐらいでしたの
で、暑さの方はまだマシでしたが、予
想以上にアップダウンが多く、下り坂
の加速もイマイチ。ラスト2キロ付近
では、気迫の走りを見せる40代と50



代の選手に抜かれて9時間34分58秒(スイム0:59:49、バイク5:01:35、ラン3:33:34)117位でゴールしました。この成績を見る限り、これまでの練習量と質を考慮すると私の成績はまあこんなものかと思いますが、本大会における選手レベルの高さを痛感しました。トップ選手、一般の選手もこの大会に照準を合わせ、全てのコンディションを調整した上でレースに臨んでいることがよくわかりました。「忙しい、時間がない」と決して自分に言い訳せずに結果を残し、完走を果たした全ての選手に私は心から敬意を表したいと思います。

アフターレースは先月号の一二三さんレポート(ヤシガニ&オリオン)の通りですが、レース翌日から、長時間のレース中強烈な紫外線に晒されたことによる両腕の日焼けに苦しむことになります。右手はほとんど火傷状態に…帰途につく頃には、緊張の糸が切れたか風邪の症状も出始め、急に南国の太陽に熱せられ、調子を崩してしまったようです。数日後には皮膚科のお世話になるハメに……。皆さんシーズン始めの紫外線対策は万全にしましょう。