

## 僕の第5回宮古島トライアスロン参戦記

BY 一三三 清

早いもので去年のゴールからもう1年が経ち、そのゴールの感動！今年のレースへ向ける思い！など忘れかけていた1年前の出来事が、宮古島に降り立つと走馬灯のように駆け巡ります。

振り返ると初めてシードを取った昨年、今年は更なる飛躍を夢見て365日を過ごそうと決意した筈なのに、スタートラインに立つと反省？後悔？恐怖心？ネガティブな自分しかいないのは何故なのだろうか？

・・・それは・・・

今回のレースに挑むに際しての決め事は「頑張らない」でした。トライアスロンを始めてからずっと身体の張りに悩まされ、辛い中できつい練習を続け、身体を酷使するのが成長だと思い続けて私の体はガラクタになっていたのです。

その為、緊張を取り身体にストレスを掛けずリラックスを心掛け、可動範囲を大きくする、楽する事を追求する取り組みを試みました。

また、バイクについても駆動部の摩擦抵抗軽減の為、セラミックBB セラミックプーリーを取り入れ、又、チェーンリングは、最近話題の楕円形に交換、力の伝達効率UPに取り組みました。

練習時間は極端に減りました。その結果身体の張りも取れてきて、日常生活も楽に過ごせる様になり少しの練習も楽しく感じるようになりました。



4月11日水曜日、17時半終業と共にバイクを車に積み込み閑空へ。那覇で1泊です。那覇は雨でした。

4月12日木曜日、8時のプロペラ機でいざ宮古島へ。先週最後のバイク練習では琵琶湖からまだ雪が見えたのに、そこはもう真夏でした。

去年と同じ時間に着き、同じ宿でまた同じ部屋でストレス無くレースを迎えることが、こんなに幸せなんだと改めて実感しました。

バイクを組み調整も終わり、さて去年はここから1周全力で走りに行きましたが、今年はパス！只、去年言った散髪屋さん（美容室？）に気合いを入れる為（ゲン担ぎ）で今年も行ったらナント“”僕の事を覚えてくれていました。来年も行こう！！

4月13日金曜日、山本君と合流。一緒に少しだけバイクに行き宿に帰ると西川君参上！開会式パーティーでは少し飲みすぎました。



4月14日土曜日、いよいよレース前日、朝からスイム会場に向かい潮のチェック？泳げるかのチェック？をし、少々難ありの感が有るがもうどうしようも無い。早くも来年の課題は決まりましたが・・・

バイクチェックを受けバイクラックへ。初めてのシード。最前列では無いが最高のポジションに感動する。晩御飯、今年こそは飲まずにと我慢をし、レース当日を迎える事となります。

4月15日日曜日、荷物の用意も万全で4時30分西川、山本、私の3人でタクシーに乗り会場へ。時間も余裕がある為トイレやナンバリング、スペシャルドリンク預けを滞りなく済ませ、トランジットバックを預けスイム会場へ・・・

下手な短歌じゃ無いですが「砂浜へ 入る手前に 注意書き」『アンクルバンド 忘れないでね』の看板無い(—\_—)!! アンクルバンドが無い“”

レースに対する程よい緊張感が、活字では表現できない緊張状態に！

選手が海へ向かう中、半泣き状態で競技関係者を探す。ゴールに向かうトランジットバックの中に入ってる筈と話すと、レースに出たかったら探すしかないと言われ、ボランティアの人達と車の中をひっくり返しながらか探す事10分、何とか見付き遅ればせながらスタートラインを目指す。

教訓：（アンクルバンドは貰ったら直ぐにつける事）来年は気を付けよう！！

気を取り直せずスタートラインに並ぶ。がもう5回目、初めての時より恐怖心は無いが嫌な物は嫌。

7時号砲とともにゴールを目指しスタートするが、バトルに負け続け300mほどで止めたくなる。1000m、2000m超えてもどつかれる。（海では苛められっこです）

何とか陸上へ、59分07秒、504位

参加人数が増えた分、僕の前が増えたのか、単に遅いだけなのか？？来年こそは克服するぞ！と誓ったのは

何時だったか??取りあえずバイクラックへ急ぐ!!

バイクではトラブルが無いようにと祈りながら?スタート(^0^)/

レース1か月前から導入したワークランクでの練習の成果も有り、高速域でも踏まずに加速が出来る。しかし問題が発生。バイクパンツのパットがしっくりしない。何か噛んでるって感じ(-\_-メ) 痛くて集中できないがペースは快調。風も無く池間から東平安名崎へ。

ずーっと一人旅で集中力をキープするのが大変だが、灯台までのすれ違いでキムカツ、山本君との距離を確認し再度スピードUP。

今回も前回同様の補給食で準備し、スペシャルエイドも預けているので燃料切れは有り得ないと安心してたが105K スペシャルエイド地点・・・なんと、預けていたサコッシュを受け取る直前、ボランティアさんの手の中で私のサコッシュの中身がポトポトと落ちてはるではないか

大事なスペシャルドリンクのボトルまでも

.....落ちた.....

僕の燃料補給計画は崩れ去った。バイクの上で天を仰いでいる姿を恵子さん、リュウに見られてたとは(>\_<) またしても気を取り直せず残り55kを放心状態で走る。

教訓:(大事な物は人に託さない) 来年は気を付けよう

残り少ない燃料を大事に消費しバイクゴールへ。しかし、最後まで足を使う事は無かった。効率の良いペダリングの追求が確立されていく。

バイクゴール4時間27分39秒、31位

バイク順位は前回と変わらないがタイムは2分短縮。でも格段に楽だった。

ランスタートでいつも通り4時間ほどのペースで走っているが、この順位だと殆どの選手は4時間は切ってくるのでジャンジャン抜かれていく。

でもこのレースは絶対に後ろは見ない! 前だけを向いてゴールを目指す! と決めていた。抜かれても抜かれても後ろは振り返らない。

しかし、暑い、暑い。先週の雪は???10k程走ると抜いていった人が前で歩いている。(??もしかすると? 何とかなるかも?) 暑さで皆、ペースが狂ってきている。

「ここからは持久戦だ!!」と再度100位切りを目指し耐えのランに徹する。

折り返し20k1時間59分45秒。折り返しを過ぎ淡々とゴールを目指す山本君、キムカツとすれ違いその後西川君とすれ違う。知り合いの選手とすれ違いながら声を掛け合いゴールを目指す中、聞いた事の無い声で「一二三さん」と??

振り返らないので確認できなかったが多分AYさんだろう?何故かそう感じた?

会った事も無い人だが?(会社の後輩の親の知り合いが出てると聞いていたので)

力強い声だった“

気がつけば30k2時間58分46秒で通過。ラスト12k。その時向かいから走ってくるランナーが僕の方を向いて「AYさん頑張ってる」と??もしかしてすぐ後ろにAYさん??その瞬間一気にスピードUP 後ろは振り向かないと決めているので、引き離れたか解らないまま持てる力を振り絞りスパート。もう限界寸前。

COCOストア前?中休で、恵子さんから声をかけて頂く。多分「目標達成できるよ」?って言われたような? そう目標立ててたんだ! 暑くて辛くて目の前が暗くなりかけてる中、折れかけた心に響きました。あと10k 駆け抜けよう!

あと7k、空港横を無心で下っていると耳元で「一二三さんですよ?」と初めての出会いが此処か! AYさんがすぐ後ろに。僕も「AYさんですよ」と返すが、彼は速い。

そこそこ限界にきてる中、「行きましょう」の強い声に引下がれず喰らいつく。ランでここまで追い込んだ事は学生以来ないなーって位、キツイ(>\_<)

吐き気がする。吐いた。前を見るとAYさんが待ってる。(待つなよー) 行くぞ!!! って(なんでやねん) 立ち上がり喰らい付くが、又吐く。又吐く。市役所前が最悪(>\_<)でも負けたくない。誰に?AYさんに?自分にか?でもこの間で何人か抜いた。気がつけば楽になってる?

こんなもんか?ってAYさんと話しながらラスト3kもう全てが限界意識もうろうとしてきた。少しずつ距離が離れていくが、前だけを見続け最後の上り坂へ、ゲートをくぐりラストスパート。

ゴール ラン4時間11分32秒 178位

総合 9時間38分18秒 97位

ゴールの瞬間、順位は分からないが今までに無い達成感がありました。

今回のレースを終えて改めてトライアスロンの奥深さを感じました。

来年も未知なる感覚を追求する為、ゴールを目指します。

