

## Iron jerry の徒然日記 2013 春～

坂尻 仁彦

2013年のレースも1月は久々の宝ヶ池駅伝出走、チームはカテゴリー1位でビールゲットと幸先良く、続いて畷のハーフマラソンは長い距離の練習不足か去年より5分ダウンの1:42分と沈みました。春先になっても寒い日が多く、バイクはローラー台1時間(古いエルゴMが壊れTacxに替えました)程度の練習ばかり、踵の筋膜炎の痛みも直らず早1年、それなりに走れますが、走り始めと10数km走ると又痛み出します。今年はスタンダード5レースとハーフアイアンマン1レースの予定なので無理せず短いスピード練習を主にしました。

そうして望んだ石垣島大会、昨年年代1位だったのでスイムスタートは第1ウエーブに昇格と思いきや、ランキング1位のHさんに優先枠が行った様で第4ウエーブの558番、バトルの不安が増幅します。フライトは今回もUAのマイル使った無料チケット、空席は早めの11日をゲット、開港したばかりの新石垣空港に降りると、こちらも空気はサラツとし風は未だ冷たい、空港から市街迄バスで50分程掛りKTCご用達?のハイパーホテルに着きバイクを組み立てながらのチェックイン待ちでした。部屋に入って荷物を置くやバイクショップに向かいタイヤの空気を補充、序でに飲み物も補充してホテル戻る。冷蔵庫付はラッキー、夕方少し走って踵の痛みが出ないかチェック、いけそうです。風呂上りにビール?をいただき、お気に入りの店「ガーラ」で角煮とモズク注文、石垣一押しのメニューです。先客の顔見知りアスリート?との会話も弾みいい心持で夕食を終えホテルに戻る。翌朝は朝から雨と風が強く、薄ら寒くて仕方なくホテルで模様眺めの休養日。3時頃には晴れ間に変わり、慌ててバイクコースの試走確認に向う。地図と記憶を頼りに40km走るが20km辺りの丘陵地域はアップダウンと風も強くペースはダウンしお疲れモード。



翌朝7時頃携帯が鳴り、千恵美からの電話は地震のニュース、今日到着の宿院さん達主力部隊?の動向が気になります。Telで全員予定通りのフライトOKとの確認できてやれやれです。昼前空港までバイクで迎え?に行くが距離を誤り、時間が遅れて着いたら皆さんの乗ったバスが発車してしまい、町まで追い掛ける破目に陥り疲れます。皆で受け付けを済ませた後は、ランコースをバイクでトレースしてホテルに戻るが忘れ物に気が付き又、受付会場迄逆戻り、慌ててスイム会場での試泳に参加、水は去年より少し冷たいがウエット着用でOKです。

レースの朝は曇り空、「雷の予想も有りレース途中でストップお願いする場合があります」とアナウンス。唯々バイクで雷雨に遭遇しないことを願うばかりです。セレモニーの後スイム上位やエイジ・ランキングトップ選手の第1ウエーブ(宿院・小島)がスタート。1分おきに 2(関), 3(山本彩)4(佐々木・坂尻)7ウエーブ(松田知之)とKTCは7名の出場です。

最初は無理なく泳げましたが、第1コーナー辺りからバトルが激しく成りたままらず密集を避け外周りを進む。2周回目になるとインコースのロープ沿いにスペースを見つけ、割とスムーズに泳げてペースアップ。残り300m余りの折り返しブイ手前でコースを遮断するように選手が密集し行く手を阻み「ストップ・ストップ！」と叫んでいる。「雷」ではなく誰か怪我したらしい?とか幸いロープに掛り待機。「中止かな?」との思いもよぎり、どんどん選手は停滞するが何の説明もなく時間が過ぎる。でもコース沿いから離れて外周りを泳ぐ選手は、ストップの声も届かず先へ向かい、ロープの反対からはすり抜けた選手がゴールに向かってスイスイ泳いで行くのを見るにつけ、外側泳げばよかったと後悔。4,5分?経った頃、訳もわからず解除?され「どう云う事ちゃ!!」折り返し後の狭い岸壁辺りは激しいバトルの再現で心臓バクバク、海水ごぼごぼ、堪忍して!!!何とかフィニッシュしてバイクTA迄300m余り走ります。タイムはやはりと云うか6分程去年より遅いが周辺のラックにはバイクは殆ど残っていた。この辺の選手は皆ストップの網に掛った様です。スイム中に雨が降ったのかソックスが濡れていた。バイクスタートして10km余りのフラットはいいペースで、アベレージも30km以上でしたが登りに入った頃からペースも落ち、後半のアップダウンは風も強くAv20km以下でヨレヨレです。海岸への下りで少し挽回するがラスト10kmから期待の追い風もあまりなく、予定より15分程の遅れ、ランコース擦れ違い1km辺りで彩さんが走り去るのを見つけ(今年はキャッチ無理か!)モチベーションが下がります。暑さ対策の冷却剤を頭に擦り込みランスタート、肩が重く腕の振りも悪くてピッチ上がらない、ワースト記録更新しそうです。せめて3時間オーバーは避けたいと思い、後半も必死で5分ペースを維持して何とか2時間59分13秒のゴール(ホットすると共に昨年のタイムより2分短縮を目標にしていたのでスイムの5分は仕方ないがバイク4分ラン3分と全部ダウンはシヨックです)

レース後フィニッシュエリアでKTCの皆と写真撮ってホテルに戻り、着替えて食事中に雨が降り出し午後の女子エリートレースは転倒などあって大変です。でも優勝の上田藍ちゃん以下佐藤優香・井出樹里の表彰台独占は、日本チーム初の快挙で雨にも関わらず応援も大盛り上がりでした。3時過ぎに記録証を貰って見たらエイジ2位(ランキング1位のHさんとは大差と思いきやネットでリザルト順位を見ると、彩さんの10秒前で励みになります)次は伸び盛りの彩さんをターゲットに練習して、Hさんにリベンジしな



きゃ。翌朝KTC4人で島巡り60kmのバイクライド、昨日の雨が嘘の様なお天気で景色もよく、午後は太陽いっぱいビーチで昼寝、沖縄満喫の1日でした。今年の夏レースは蒲郡・日和佐・長良川?・オーストリア Ironman 70,3 Zell am See & 世界選ファイナル London そして恒例のKTCカップを予定してます。