

2013/06/16 ハワイトライアスロン参戦記

宿院 雅広

と言っても鳥取のハワイだ。
2年ぶりの参戦だ(^_^);
今回は、ご覧のメンバーでにぎやかに
参戦しました。

お宿は、築 100 年を越す由緒ある東郷館。
廊下が少し傾いていようが、迷路のよう
な通路だろうが、お風呂が半地下にあろ
うが、料理のおいしさは抜群です。来年
もまた泊まること間違いなし！



ではレースです。



スイムは東郷湖を泳ぐ 1.5km。足のつく場所からの一斉スタートです。
スタート前に砂地に足をつっこみぐりぐりすると、シジミがたくさん。
思わずもって帰りたくなりました。
午前 10 時、スタートホーンの合図ではじまった 2 時間ちよつとの戦い。
今回の目標は、前回なみの順位(29 位)を目指すことです。
が、スイムアップで想定より 2 分遅い 27 分台のため、早くも下方修正。

バイクは、東郷湖を 3 周する 40km。
前回並みの 1 時間 9 分台を目指すも、これまた調子が今ひとつ伸びず、ここでまたさらに下方
修正。

最後は 10km ラン。

意外に足は重たくなく、出だしからいい調子で走ります。

最初の 1km はキロ 4 分ペース。

2km 以降は徐々に落ちていきますが、今までの練習量から考えると 43 分台は上出来です。

途中、KTC メンバーとすれ違いながらお互いに活を入れて走ります。

そして、暑くもなく寒くもなく、快適な環境の中、今ある力を精一杯発揮してレースを終えることができました。

結果は 2 時間 23 分 28 秒で総合 67 位。

目標からは大きく後退してしまいましたが、楽しめたのが一番です。

今回は、練習内容の貧弱さもさることながら、大会前からの調整方法も含めていろいろ反省することしきり。

これを糧に、次回 7 月 14 日のひわさでは、いいパフォーマンスが発揮できるよう今から計画を立てるぞ！と気合が入りました。

でもこれからの季節はアルコールが旨いからなあ(T T)

気合が空回りするかもしれません(^_^;

ともかくも、みんなでワイワイ楽しみながらのレースは本当に楽しいものでした。

まさに『入って良かった KTC』

ご一緒しました皆さん、どうもありがとうございました。

