

2017/04/16 石垣島トライアスロン 参戦記

宿院 雅広

去年に引き続いての参戦です。今年は2人増えて全部で7人。大勢で行くと楽しいものです。では参戦記です。

○前日

朝6時に京都を出て関空着は8時前。のんびり過ごして9時50分のJTAで石垣島へ。12時40分着後、バスに乗ってなじみの先島ビジネスホテルへ向かいます。このホテルは1泊朝食4,500円。しかも部屋がやたらと広く、予約も半年以上前から受け付けてくれていうことなしです。会場からもめっちゃ近くて、すぐそばの食堂ガーラとともに今や定番となりました。



○スイム

朝8時にスイムスタート。去年は年代別のウェーブスタートだったのが、今年は申告タイム順。バトルを少なくするためにもやっぱりこれですよね。

作戦は、ゆっくり泳ぎながら少しずつ心拍を上げ、上がりきったところでガンガン行くことに。目標は25分切り。1周終わって時計を見ると11分台。おーこれは上出来だと2周目へ。上陸すると目の前になんと美里が。砂浜を走りながら「いえーい」と抜かしてしてやったり。ついに師匠をとらえたどー(^)/ってきっと最初で最後やろうけど(^;スイムアップは23分台。

○バイク

今年は、3月の台湾でもそうでしたが、あまり追い込んだ練習ができていなかったのどこまで足がもつか不安でした。それだけに、どこまでいけるかガンガンこいで、だめだったらそれを反省点にすればいいという開き直り作戦に。こげるところは目いっぱいこいで喘ぎました。後半同じくらいのレベルの数人が抜きつ抜かれつの展開になるも、誰もドラフティングをしません。島の自然を満喫しながら爽やかなスポーツマンシップを味わい、気分が最高に良かったです。これぞトライアスロン！
バイクアップは1時間15分台で去年とほぼ同タイム。意外に足は残っています。

○ラン

今年は去年の暮れの肉離れや坐骨神経痛でかなり出遅れてしまい、まだ本調子までは戻っていませんが、少しずつ上がってきています。キロ4分15秒を目指してさあスタート。直後にバイクフィニッシュする小島さんとすれ違う。4分ほどのアドバンテージ？でもランが強い小島さんですから、暑さにやられて自分がペースダウンすると、きっとすぐに追いつかれてしまうと必死に走る。作戦は、

ペースが落ちても我慢してすぐに元に戻すこと。これが結構きついのですが、元に戻すことができると自信が生まれ、その後頑張れます。結局その繰り返しで、一人、二人とパスしていきます。そして最後はペースを上げて前の選手に追いつき一気に抜き去る。全力でフィニッシュ！あーもう立ってられません。腰砕けにその場にしゃがみこんでしまいました。

台湾の大会でもそうだったのですが、最後にペースを上げて駆け込むとやりきった感がめっちゃ出ます。途中がどうであれ、レース展開がどうであれ、この年になってこれが自分の一番のスタイルということがようやくわかってきました。「終わりよければすべてよし」が、自分のレーススタイルなんだということが。いくつになっても勉強です。

○最後に

ご一緒しましたみなさん、楽しいひと時をありがとうございました。そしてこれまで一緒に練習してきたみなさんのおかげで楽しくレースをすることができました。ありがとうございました。また京都で切磋琢磨して練習しましょう(^)/

○番外：ちょっといい話 石垣島トライアスロン編

最後の最後まで頑張り抜く姿はかっこよく美しくも、時に笑えます！

50代の3位争いはラストの直線50mから。

小島さんがRさんとデッドヒート。

いい大人が真剣に競ってどっちもめっちゃいい笑顔です。

いやー最高にいい(=笑える)写真です。

で、結果は…

小島さんの計測チップを付けた足がわずかに早かったため先着。

楽しんだ代償は、小島さんはふくらはぎが痙攣し、Rさんはアキレス腱を傷めたそう(笑)

