

2001 佐渡国際トライアスロン参戦記

序章

4月の宮古島に続いて、9月3日に2001佐渡国際トライアスロンの国際Aタイプ(以下、佐渡A)に参加するため、佐渡が島(新潟県)を訪れた。佐渡Aはスイム3.9km、バイク189km、ラン42.2km(国際Bタイプはスイム3km、バイク105km、ラン25km)の距離で行われるアイアンマンディスタンスに近い日本屈指のロングレースである。特に今回は来年のアイアンマンジャパン出場を実績面で確実にクリアするためにも何としても佐渡Aを完走したいものである。(その年の7月開催のアイアンマンジャパンには書類選考で落選した。)

大会の3日前、小倉を夜7時に出発し、新幹線、夜行列車、カーフェリー、バスと乗り継いで翌日の昼1時頃、受付場所である「アミューズメント佐渡」に到着。数時間後に行われた前夜祭で自分が所属するクラブの連中と合流する。

9月3日(日)(レース当日)

午前3時頃に起床。3時半頃朝食をとる。食事は焼き魚や刺身等の海産物がうまく、量もこれでもかというほど多かった。レース中にスタミナ切れにならぬ様、詰め込むようにして食べる。暗闇の中でタヌキが出そうな田舎道を通って、スイムスタートの佐和田海水浴場へ向かう。今まで、2年に1度の割合で、悪天候によりスイムが中止になっているようだが、今年は全て決行できる年であり、おもしろい晴天である。

スイム(3.9KM)

佐渡Aのスイムコースは三角コースである。ここも宮古島と同様にスタートして完泳するまで一度も陸に上がれない。朝6時、スイムスタート。水温は25度と温かい。いつものようにマイペースで泳ぐ。3.9kmという距離はクラブの練習会で遠泳をやったので不安は感じない。

ここでもレース中ずっとバトルに悩まされるが、今回はくらげが多く発生したので、ずいぶん腕や顔に刺された。海にいたのは水クラゲだったのでダメージはほとんどなかったが、キャッチをするときの「ヌルッ」した感触は不気味なものだ。後半になると朝日がまぶしく方向感覚がつかめなくなる。途中、Bタイプの選手と一緒にになるのでなおさら自分の位置が把握できない。やがて、スイムアップする。なんとか、1時間半ぐらいでクリアした。相変わらずスイムは遅いがまあこんなものだろう。

スイムラップ1:31:25(518位)

バイク(189KM)

バイクコースは島を1周する。前日に佐渡島内をバスで下見したが、コース内は総じて坂が多く道が狭いのでレースではどうなるのだろうか?と心配したものだ。

実は大会の3週間前に佐渡のバイクコース対策で「やまなみハイウェイ」で100kmのロングライドをやった。もうほとんど坂ばかりでおまけにすごく暑かったので汗をかきばかりで、100kmを走破するまでかなりの時間がかかった。おまけに標高1200mの高地でも暑くてしょうがないし、少しの坂を登るにもすごくきついものだった。トレーニングの甲斐もあり、いざレースになると坂は思ったほどきつくなかったし、平地では平均時速30キロ後半のスピードが出せたからよかった。

また、なんといっても海沿いを走るのでまわりの景色が抜群によく、気持ちがよく走ることが出来る。100km過ぎると自分と並走するメンバーは固定してくる。前にいる、集団を抜くと次にあるエイドで追い越される。再び、集団を抜くとしばらくしてまた追い越される。

160km過ぎると佐渡Aのハイライト「小木の坂」にさしかかる。そこは3kmほど、カーブと急勾配が連続するのでかなりしんどい。

小木の坂を過ぎるとさすがにスタミナ切れである。もう走破することが精一杯であり、前を抜く力がなくなってきた。以前、ぼくの知り合いが「ロングでのバイクの力は練習量に比例する」と言っていたが、まさにそれを思い知らされた瞬間だ。やがて、バイクパートを終える。時計を見ると、午後3時過ぎである。制限時間（午後9時30分）まで後6時間近くある。とにかく怪我がないようにしよう。

バイクラップ 8:02:42 (528位)

ラン (42.2KM)

これから長い42kmの旅が始まる。今回は猛暑でLSDが思うように出来なかったのも、スタミナ面が心配であった。

スタートをしてしばらくの間、ペースダウンした前の選手を何人かパスしていく。ここは折り返しコースなのでトップの井出晋一選手とすれ違う。やはり、足取りは軽い。

ここでもエイドは2kmごとに数多くあり、色んな飲み物や食べ物が豊富に取りそろえている。沿道の人たちも途切れなく応援してくれる。ランコースはバイクコースとうって変わって、平野部を走る。まわりは水田地帯なので稲穂が映える、日本の秋を感じながら走ることが出来る。ここも走っていて気分が良い。

5km地点で時計を見ると、35分。まずまずのペースだ。さすがにこの距離になるとペースが落ちる。もうすでに走ったり、歩いたりのリターン。もう制限時間ぎりぎりでも完走することも覚悟した。

8km地点を過ぎると商店街を通るため、観客の声援が大きくなる。やがて、女子トップの松本晴美選手とすれ違う。特に彼女はうさぎのようなバネのあるフォームで走るの、非常にほれほれする。

そして、折り返しで時計を見ると、2時間30分。思ったより、速いタイムだったが、もうここからは気力の勝負である。しばらくして、あたりが暗くなり気温も下がる。この頃から、エイドでは温かいお茶と反射板のついたたすきが支給される。

30KMになると一層、ペースダウンをし、脚が重くなる。暗闇の中で一羽のカラスが鳴くというロケーションで周りは自分ひとりしかないという状況になったときは非常に孤独感を感じる。

やがて、住宅街に着く。沿道の歓声がひととき大きくなる。ついにフィニッシュののぼりが見えてきた。陸上競技場の入り口にさしかかると通路には多くの観客が集まり、声援もひととき大きくなる。競技場の入り口を抜けたあと、トラックに入ってから長かった。

ついに栄光のゴール！今年、2大会目のロング完走。そしてアストロマン（佐渡Aの完走者）の称号を得た瞬間だ。長い長い一日が終わった。総合タイムは14時間36分57秒。制限時間（15時間30分）より約1時間ぐらゐ余裕があったのでよかった。欲を言ってランで5時間切れなかったのが残念だったが、猛暑でLSDが十分出来なかったことを考えると、よくやった方でしょう。

ランラップ 5:02:50 (335位)

総合 14時間 36分 57秒 (国際Aタイプ)

(457位/560人完走/642人出場/701人エントリー)

レース後、ベッドに横たわってストレッチをする。もう体が動けない。その後、大会が氷水の入った大きなたらいを用意してくれたのでその中に足を突っ込んでアイシングをする。身体が熱くなっていたので気持ちが良い。

9時30分、競技終了の花火が盛大に上がった。感激に浸りながら陸上競技場を後にする。宿でにぎり寿司を食べ、ビールを飲み、ベッドに横たわる。その日も宮古島と同様に、疲れと興奮でなかなか熟睡できなかった。

9月3日(月)、4日(火)

朝早く起きて、朝食をとる。実は今回、プロチーム「稲毛 I T C」の連中も同宿しており、その中に

併催された日本選手権で女子優勝者となった廣瀬梨江選手もいた。彼女とは食事のときにちょうど自分の隣の席にいたので、お互いに知り合いの選手や今まで参加した大会についてのことなど色んな話をする事ができた。朝食後、まず宿の庭でバイクを分解しスカイケースにパッキングして、家まで宅配するように手続きをする。

宿を後にして、アミューズメント佐渡に向かう。早くも前日の記録速報を発行していたので、自分の順位を確認する。思ったより早い順位だった。自分と同じ仲間たちの順位を確認すると、やはり好走している。

しばらくして、彼らと再会するが、みんな「昨日のゴールシーン、ちゃんと見たよ」といつてくれたので非常にうれしかった。11時半ごろ両津港へ行く。ターミナル内のレストランで昼食を取り、おみやげを買って13時に佐渡が島を離れる。その後、新潟駅へ行って上越新幹線に乗って東京へ向かう。

その日は都内で宿泊して、翌日の飛行機で帰宅する。以前から上越新幹線には一度、乗ってみたいと思っていたものが、トライアスロンがきっかけで乗る事ができてよかった。

レース後の感想

佐渡Aという超長距離となるとさすがにしんどい。ここまで来ると「トライアスロンと言うより、まさに「鉄人レース」といった方がふさわしいと思う。

4月の宮古島完走に続いて、佐渡Aで「1シーズン2大会ロング完走」を達成することが出来ました。この文章を読む前に「ロング完走などかなりの実力者でない限り無理ではないのか？」と思った人もいます。やはり、一番驚いているのは自分自身です。「なんとしても完走したい」という気持ちこそが一見、無理といわれることでも可能にできたことと思います。またいつか機会があれば、佐渡Aに挑戦して2度目の完走をめざしたいと思う。海沿いを走るバイクコースはまわりの景色が抜群にいいし、海産物がうまいので再び足を運ぶことが出来る日を楽しみにしている。今回行けなかった

「佐渡トキ保護センター」や「佐渡金山」の観光地にも次回はぜひとも訪れたい。その日が来るまで、怪我など無い様に無事でいたいものだ。

おわり