

第 34 回全日本トライアスロン皆生大会

麻田雄嗣 (大阪府トライアスロン協会所属)



2014年7月20日、大阪府トライアスロン協会の推薦選手として皆生トライアスロンに出場しました。私よりも実力のある選手がたくさんいる中で、私を選んで下さった大阪府トライアスロン協会に感謝したいと思います。ありがとうございました。

5年前にも皆生トライアスロンに出場しました。この時は、練習不足の為、バイク序盤から脚が攣り、加えてランの途中からの大雨の為、体が冷えて体が動かなくなり、残念ながらランの7km地点でリタイアしました。家族と一緒にゴールをしようと参加していましたが、願いは叶いませんでした。その後、再チャレンジをすべく申し込みをしていましたが、リタイアが影響してか、参加通知が来ることはありませんでした。

リタイア後3度の落選通知。今年こそと申し込みをしましたが、去年は都合により申し込みをしていなかった為、不安の申し込みになりました。そんな中、大阪府トライアスロン協会推薦選手公募の案内を協会のホームページで見つけました。少しでも出場できるチャンスがあるのならば、と応募しました。幸運なことに推薦選手とした選ばれることになりました。早い段階で出場資格が得られたことで、忙しい中での練習計画が立てられました。十分な練習が出来たわけではありませんが、何とか完走できると思える自信を持てる練習が出来たと思います。

【スイム】

得意のスイムは上位30位以内を目標にバトルを避ける為に内側からスタートして少し外にふくれて泳ぎ、先頭集団

の後ろを取る作戦にしました。スタートダッシュに成功。最初のブイでいい位置が取れました。しかし、ここで体調に異変が生じました。首の痛みと軽い頭痛が起り、突然息が出来なくなりました。パニックになりました。「今年の皆生は終わった・・・。」そう思いました。原因は緊張とスタートダッシュによる過呼吸だったと思います。トレーナーをしている経験から原因を分析し、一度集団から離れ、呼吸を調整して回復に努めました。20秒ほどで調子が戻り、事なきを得ました。ゴーグルを着け直して再スタート。スタートダッシュのおかげでまだまだ前の方。集団についてゆっくと泳ぎだしました。前半は集団に乗っかりゆっくと泳いで調子を戻すように努めました。折り返しの上陸で順位を確認、前には40～50人ほどいる様子。後半は余裕があったので、少しずつ前の選手を追い抜き追い越すように泳ぐことが出来ました。最初に大きなハブリングがありましたが、何とか46分3秒、29位でスイムを終えました。

【バイク】



過去のロングのバイクパートでは補給に失敗して、脱水で失速、というパターンが多かったので補給を重視しながら周りのペースに惑わされないように走ることを心がけました。しかし、スイムアップが早いので周りに入賞するクラスの選手だらけ。ロングのレースなので付いて行けないことはないペースですが、うっかり付いて行かないようにペースを作ることを心がけ、最初のエイドに到着。過去にリタイアした時は必ず最初のエイドでボトルを取り損なっている、ゲン担ぎの為に止まってゆっくと補給。とにかく飲んで食べることを心がけながら平地区間を順調に走行しました。ここまでは順調に思いましたが、大山の登りに入るとしっかりと蓄えた

体重に苦しめられ、思ったようなペースでは登れませんでした。何とかマイペースで登り始めましたが、必死のあまりに補給を忘れていて、大山を下りきった頃にはハンガーノックで力が入らなくなり、さらに眠気にも襲われ、ペースダウン。中山エイド辺りで眠気はピークになっており、このままでは居眠りで落車しそうな予感。思い切ってエイドで仮眠することを選択し、一先ずおにぎりやスイカ、メロンでお腹を満たしてからスタッフのいるテントの日陰に入り、横になりました。突然、横になった選手に驚いたスタッフが「大丈夫ですか？」と声を掛けて下さいました。「眠ただけです。10分たったら起こして下さい！」とお願いをして眠りに落ちました。目が覚めると体も眠気もスッキリして残りも頑張れそうに回復しました。再びエイドでお腹を満たしてバイクスタート。アップダウンの続くコースをしっかりと走りきることが出来ました。河川敷に戻ってくると得意の平坦区間。少しずつ順位を上げていき、5時間25分5秒、248位でバイクパートを終えました。

【ラン】



最後は最も苦手とするランパート。どこのレースに出てもスイムバイクで突っ込んでランで大きく順位を落とすのが私のレース展開です。今回も同じような展開になりそうな予感に少し気が重くなりながら走り始めました。ランコースの距離表示が5kmごとなのでGPSを付けてペースをチェックしながら走りました。スタートしてから順調にキロ6分前後を刻みながら走りました。エイドは各駅停車。氷を背中と帽子に入れて、アイシングをしながら走りました。10kmを過ぎてもペースはキロ6分前後を維持できてい

ます。我ながら頑張れていることに驚きました。折り返しまで3 kmを切った辺りから同じチームの選手とすれ違うことができ、元気をもらいました。また、前を追うのにいい目標になるチームメイトも見つけました。折り返しのエイドに預けていた缶コーヒーでリフレッシュ！

後半もキロ6分を守り、エイドで氷を補給しながら何とか粘りました。33 km辺りからペースが落ち始めました。歩きたい葛藤と闘いながら何とか頑張っていると、前方300 m前に目標にしていたチームメイトを発見！おかげで元気が出てまたペースを回復することが出来ました。チームメイトを追い抜いた後は再びペースダウンするものの、何とかキロ6分半で最後まで粘って歩道橋まで辿り着きました。5年前に出来なかった子供達との同伴ゴールまであと少し。子供達が待っている競技場へペースアップ。競技場へ入ると私と同じ444のゼッケンを付けた子供達が見えました。ゴール前で子供達と合流。長女と次男の手をつなぎ、長男を先頭にゴールテープを切りました。11時間3分25秒、255位でのゴールになりました。

5年ぶりのロングのレース、10年ぶりのロング完走。しんどいながらも楽しいレースになりました。この経験が出来たのもボランティアの皆様の応援、協力があったからこそものだと思います。ランコースの途中ではボランティアの一生懸命の「がんばれ！」に思わず「ありがとう！」の声が出ました。ボランティアの皆さん、『ありがとう！』

最後にこのレースに私を選んで下さった大阪府トライアスロン協会の皆様、私の道楽に付き合っただけで皆生まで応援に来てくれた家族に感謝をしたいと思います。『ありがとうございました！』