

第29回全日本トライアスロン宮古島大会  
レースレポート

平成25年4月25日

岩渕 努

---

期日 平成25年4月21日(日)

場所 沖縄県宮古島市

気象データ(12時)

天候:くもり 気温:18.6度 風向:北北東 風速:7.3m 湿度:79%

---

成績(出場者数1,470名、完走率80.5%)

バイク 4時間52分46秒(17位)

※第1ラン6.5km:26分25秒(27位)

バイク 155km:4時間26分21秒

ラン42.195km 3時間22分29秒(25位)

総合203.695km 8時間15分15秒(14位、年代別2位)

---

MATERIAL

Bike SCOTT PLASMA Premium

Run Shoes ZOOT Ultra RACE 4.0 (First Run)、KIAWE(Second Run)

Tri Suit ZOOT Performance Tri Team Tank, Team 8" Short

Accessory ZOOT Ultra IceFil® Arm Coolers,

Ultra 2.0 CRx Calf Sleeve

Performance Ventilator Visor

Chemical **HOLMENKOL** LubeExtreme,HightecProof etc

Bar Tape LIZARDSKINS DSP Bartape 2.5mm

---

毎年、シーズン初戦となる「全日本トライアスロン宮古島大会」。今回で6年連続の6回目の出場となる。過去5回の戦績は、85位→64位→125位→55位→30位と、徐々に上げていた。今回は上位を目指すべく、冬場のトレーニングに力を入れてきた。

本大会は前日にバイク預託する制度となっているため、前日にバイクメンテナンス。今回は、強力なバイクサポートにより最終メンテナンスを受けた。どんなレースになるか楽しみで仕方がなかった。もちろん、ケミカルは「ホルメ

ンケミカル」。ライニガー、スポーツクリーンにより金属部分の汚れを綺麗に落とし、ルーベンスピードにより表面をコーティング。そして、スムーズな回転運動を生ませる「ルーベエクストリーム」によりナノコーティング。



最後にダートプロテクターを吹き付け終了。この工程を踏んだバイクはロングディスタンスの大会では絶大な効果を発揮する。

さて、レースの話に入る。今大会は悪天候によりスイムが中止となった。私にとっては有利でも不利でもなく、やるべきことは決まっていたため第一ランスタートまで落ち着いて準備ができた。

本来であれば7時スイムスタートのところ、8時第1ランスタートということで、宮古島にしては気温が低かったことからストレッチ等アップを入念に行った。

そして迎えたスタート。約1,500人のアスリートが2車線の道路（東急リゾート内）に並び一斉スタートということで、まずは転倒を避けるためダッシュを試みた。抜け出すことに成功し、力まず、飛ばしすぎないように気持ちを落ち着かせて走った。というのも、ポイントはバイクと第2ランであると確信していたからである。過去2回、ほぼ無風状態の中で行われた大会はバイクの差

はつかず、ラン勝負となっていた。それに対し、今回はスイムが中止になる程の「強風」。非常に楽しい気象条件であったため、第1ランでは気持ちを抑えて抑えていった。



バイクは宮古島を1.5周するコース。例年、0km～30kmの池間島までは追い風で、約70km地点の東平安崎までは向かい風であるが、今年は真逆であった。この気象条件は前日・当日の天気予報で確認済であったため、落ち着いて対処した。前述したポイントとなっている「風」。やはり強めではあったものの、冬場、時には雪がちらつく中練習した日々を思えばそんなに苦にはならなかった。とにかく「気持ちを切らさず、集中する」ことだけを念頭に、ペダルを漕ぎ進めた。バイクスタート時点で27位の位置であったが、強い向かい風の中、最初の池間島（30km地点）で17位まで順位を上げた。

池間島を帰って来、東平安崎（70km地点）までは強い追い風となり、平地でも50km/hは裕に超えた。ここでは心拍を上げずに、重めのギアを回していった。

2周目に入ると流石に疲労が出てきたが、ここも集中。集中してペダリングができるのは、いつも絶大な効果を発揮してくれる「ホルメンケミカル」のおかげ

げである。ホルメンケミカルの効果により、バイク 155km の行程でペダリングへのストレス、嫌な金属音はほとんど感じられない。信頼のおけるケミカルは本当に決戦に不可欠な存在である。

バイクを 17 位で終え、ランスタート。ランにおいても、いつもと逆風が吹いていた。例年、5km 過ぎから一気にペースダウンしていたため、そこから集中力を切らさないことを念頭に足を進めた。そして、勝負所は後半と考えていたため前半は少し気持ちに余裕を持って走った。後半は向かい風との戦いであったが、ゴールまでひたすら集中することができた。

結果して、バイク、ラン共に自己ベストを更新することができ順位も過去最高位であった。

今年も、6 月からはショートの大会を転戦予定。次回もがんばります。



以上