

J 八幡浜インターナショナル (J シリーズ第 2 戦) レースレポート

BRIDGESTONE ANCHOR CYCLING TEAM 齊藤 亮

+++++

大会名：J 八幡浜インターナショナルクロスカントリー大会 (UCI 公認・クラス 3)

期日：2014 年 5 月 25 日 (日)

会場：八幡浜市民スポーツパーク JCF 公認 XC コース

天気/気温：曇 / 26℃

競技種目：男子エリート 5.7km×6 周回

参加数：68 名

結果：優勝

Web：<https://www.facebook.com/city.yawatahama.MTB>

+++++

J 八幡浜インターナショナル (シリーズ第 2 戦目) の舞台は愛媛県八幡浜。今大会は UCI カテゴリークラス 3 に位置づけられ国内レースにおいて UCI ポイントを獲得できる貴重な大会。国内開幕戦から約 3 週間レースが開き、体調を整えトレーニングメニューを見直すには十分な期間があった。その間、ヒルクライムレースに参加したり、高強度のインターバルを行ったり、走り込みの週を設けたり、強度・ボリューム共に充実したトレーニングが出来たと言える。蓄積された疲労がないと言えば嘘になるが、今シーズンはうまく疲労と体調をコントロールし、コンディショニングとリカバリーのバランスがよい状態を維持出来ている。



しかし、遠方でのレースということもあり、車での長距離移動はトレーニング疲労とは違った疲労感を感じてしまう。同じ姿勢で 10 時間以上のドライブは腰の痛みや浮腫み、血流を悪くしてしまうため、体調を整えやすいよう余裕を持って 3 日前に現地入りした。丸 1 日移動した日はバイクには乗らず、夕食を食べてセルフケアをして就寝。2 日目は早朝に固まった身体をほぐしながら 1 時間のリカバリーライド。午後からコース試走を行うため会場入り。長距離移動の疲れもだいぶ回復傾向に向かっていて問題ない。約 2 時間、入念にコース試走を行いながら機材のチェックや選択をしたのち会場を後にした。夕方にはチームトレーナーが現地入りし、早速マッサージで身体をケアして頂いた。心身ともにリラックス出来るこの瞬間はやはり大事な時間。しっかりと睡眠が取れたのでスッキリした朝を迎えることが出来た。レース前日、午前中はゆっくりリラックスモード。昼過ぎに会場入りしてコース試走開始。完全ドライのコースはスピード

イーで非常に走りやすい。レースを想定し、勝負所とテクニカルセクションを確認しながらコースを3周回して試走を終えた。レース前は身体をしっかりと回復させることに専念し、良いイメージを作ることが重要。

レース当日、いつも通り朝食前に40分のライド。天気は曇り空だけど雨の心配はなさそう。レース2時間前に会場入りし準備開始。スタッフとメカニックと入念に打ち合わせを行い機材や補給食をセットアップ。JCF公認であるこのコースの特徴は、前半は平坦基調でスピーディーなシングルトラック。一旦、舗装路に出て通称「桜坂」と呼ばれる登り区間へ。その後シングルトラックの下りが続き、下り終わると簡易舗装の登り区間に入っていく。この登りは約3分以上続き、本コースの勝負所といえる。登り終わると最大の難関である「ゴジラの背中」と呼ばれる下り区間で、木の根っこが縦横無尽に点在するテクニカルセクション。進入スピードと正確にバイクをコントロールするスキルがないと大きなタイムロスに繋がってしまう。そこからダブルトラックのアップダウンを繰り返し、バンクセクションを抜けてメイン会場へと戻る。登りでのパワーと下りでのテクニックが必要とされる日本屈指のコースと言えるだろう。

男子エリートのスタートは13時30分。UCIポイント順にスタートコールされ、最初のコールでスタート最前列中央に並ぶ。スタートダッシュに全神経を集中させ、号砲と共に飛び出した。身体の反応も良く、クリーンキャッチも成功。会場を抜けアスファルト区間に入った瞬間に物凄い音と共に後ろで大落車発生。スタートダッシュがうまくいったお蔭で落車を免れた……。最初のシングルトラックを4番手で進入。今回も元気ある若手選手に先行されてしまうカタチでのスタートとなったが、彼らは非常にアグレッシブな走りで積極性がある選手。タイトなコーナーが連続するシングルトラックは正確さと冷静さが必要とされる。ハイスピードでレースが進み、1周目中盤から先頭に立ちチームメイトの平野選手とバックでレースを展開。早い段階で集団を分裂させるためにハイペースに持ち込む。後続とは20秒程の差が開き、1周目を平野選手とバックで2周目へ。ある程度予想していた展開ではあったが、チームメイトとうまく抜け出すことが出来たのは作戦通り。2周目中盤の簡易舗装の登り区間で様子見のアタック。この登り区間だけで15秒以上の差を付けることに成功。単独になり自分のペースとラインを意識しながらラップを重ねていく。暑さの影響もあり脱水気味で徐々にペースを維持するのが辛くなっていく。フィードでは掛水で身体を冷やし、積極的に給水を取り入れる。後続との差はある程度離れてはいるものの、こ



こは自分との戦い。妥協する訳にはいかない。5周目あたりから次第にミスも多くなり、ラップタイムも落ちていく……。小さなミスが連続すると機材トラブルや痙攣へと繋がるおそれがあるため、気を引き締めレースに集中する。後続とは約2分差でいよいよファイナルラップを迎える。絶対に優勝するんだ！という強い気持ちを持って最後までプッシュし続けた。身体に残っている全てのエネルギーを使い果たしてゴールに飛び込む。



1番最初にゴールラインを通過するのは何度味わっても最高に気持ちのいい瞬間だ。全てを出し切った。高いモチベーションを保てるのも自分を取り巻く周りの皆さんのお陰。今の自分には迷いはなく、やるべき事がしっかりと見えている。その陰にはチームスタッフ、スポンサー様、サプライヤー様、多くの関係者の支えがあって成り立っている。今回の優勝は今の自分にはとても意味がある。やっぱり表彰台からの眺めは最高に気持ちが良い。やれる事、やらなければいけない事は明確に見えている。それを実行していけばもっと強い自分になれると思う。次戦（6月1日）のレースも自分らしく、熱い走りができるように頑張りますのでよろしくお願ひします。たくさんの応援、サポート本当にありがとうございました。



【リザルト】

1. 齊藤 亮 長野県/ BRIDGESTONE ANCHOR CYCLING TEAM
2. 門田基志 愛媛県/ TEAM GIANT
3. 平野星矢 長野県/ BRIDGESTONE ANCHOR CYCLING TEAM
4. 恩田祐一 新潟県/ MIYATA-MERIDA BIKING TEAM
5. 小野寺健 京都府/ MIYATA-MERIDA BIKING TEAM
6. 佐藤誠示 埼玉県/

【使用機材】

バイク：ANCHOR / XR9

コンポーネンツ：SHIMANO / XTR FC-M985

ホイール：SHIMANO / XT WH-M785

シューズ：SHIMANO / SH-XC90

ペダル：SHIMANO / PD-M980

ハンドル：SHIMANO PRO / XCR

ステム：SHIMANO PRO / XCR

シートポスト：SHIMANO PRO / XCR

フロントフォーク：SR SUNTOUR / AXON-WERX-RC-RL-RC AH CTS 27.5/100MM

タイヤ：BRIDGESTONE / EXTENZA XC (27.5×2.1)

サドル：fi'zi:k / TUNDRA

ヘルメット：KOOFU / WG-1

サングラス：adidas eye wear / evil eye halfrim pro / LST アクティブ S ライト

ケミカル：HOLMENKOL

チェーン：ルーベエクストリーム、ダートプロテクター

フレーム：スポーツポリッシュ、アクアスピード

クリーナー：ライニガー、スポーツクリーン、バイクウォッシュ、クリーナー8in1

ウェア、シューズ：ハイテクプルーフ

サングラス：ノーフォグ

時計：SUUNTO / AMBIT2S

メーター：パワータップ G3 プロ MTB ハブ / ジュール GPS

ネックレス：SEV

ドリンク：SAVAS (株式会社明治)

サプリメント：SAVAS (株式会社明治)

レースウェア：WAVE ONE

レースグローブ：KABUTO / PRG-3

アンダーウェア：CRAFT

インソール：SUPER feet / Black

アパレルウェア：Columbia

ザック：deuter

テーピング：New-HALE