

J1 一里野大会

BRIDGESTONE ANCHOR CYCLING TEAM 平野 星矢

結果 4位

開催日 10月26日(日)

開催地 石川県白山 一里野温泉スキー場

天候 晴れ

コースプロフィール / コンディション

去年と比べてコースがだいぶカットされているので、コースは短く感じる。

周回数は7周回。

レポート

スタートはペダリングのキャッチをミスし、軽く後退するが、その後踏み直して先頭を走る。

世界選手権前に溜った疲れが抜けず、フレッシュな状態で走れる機会が無かったが、先週のランカウイ・ステージレースから自転車に乗らないようにして休養を取り、2日間お風呂に長時間浸かったことで、身体はダルダルになってしまいましたが久しぶりに筋肉への疲れを感じずに自転車に乗れている。1周目は体調良く上りを走れた。

シングルに入り、コントロール上手く出来ずにリズムが崩れて行く。進もうとしているラインに入れない。力が入らない。

2周目。身体の動きが鈍い。少しずつ後退して行く。

脚に乳酸が溜った感じは無いが、呼吸が荒い。しかし脚は軽いので、落ち着けば巻き返せるかなと思いついてペースを落として走って行く。

3周目。まだ回復しない。呼吸が荒れていて喉も乾く。喉が引っ付きそうになりエナジージェルも取る気が起きない。

4周目。今日はこのまま終わってしまうのだなと悟りながらも、アジア選手権に向けた練習を意識して、最後まで一度上げようと思うものの、呼吸は落ち着かない。

5周目。中原君が少しペースを上げたので、それに便乗して少しペースを上げるが、直ぐにリミッター



が効く。

6周目後半。最後少し踏んだが脚はまだありそうだ。しかし呼吸が荒れてペースが落ちる事を嫌ってしまい、上げ切らずに終わった。

最後のシングルだけはやっと力が入るようになり、コントロールが利くようになった。

反省点としては、風呂の入り過ぎで体がフニャフニャになってしまった事。逆に風呂で緩々にしたお陰で、やっと身体に疲れを感じずに走れた事。



世界選手権以来インターバルを入れずにやって来たので、次は確りとインターバルで負担を掛けて、良い張りを作ってアジア選手権に挑もうと思う。

次週は今シーズン最後のレース。アジア選手権大会。
今シーズン最後の仕上げに掛かりたいと思う。

使用機材

バイク ANCHOR XR9(S サイズ)

コンポーネンツ SHIMANO XTR

ホイール SHIMANO XTR WH-N785

フォーク SR SUNTOUR AXON 100mm(サンツアー) 75bal

ハンドル SHIMANO PRO XCR カーボンワイド・660mm バックスイープ 9°

ステム SHIMANO PRO XCR ステム 110mm -5°

シートポスト SHIMANO タルシス

ケミカル [ホルメンコール](#)

サングラス KABUTO(OGK)プリマト・フォトクロミック.パールホワイト NXT 調光

ヘルメット KABUTO(OGK)ゼナード

グローブ KABUTO (OGK) EXG-3

シューズ SHIMANO SH-XC90L

インソール 友永さん特性インソール！(ERGO・MOTION)エルゴモーション！

ウェア Wave One ワンピース半袖タイプ・靴下(赤/白)

サプリメント SAVAS(明治製菓)

SAVAS ウォーター ボトル7本

SAVAS ピット・イン・リキッド 2本

