

UCI 野辺山シクロクロス DAY1、DAY2

日時 2014年11月29日

場所 長野県 野辺山

天候 雨のち晴れ

結果 1位 アリチェ・アルツッフィ (セライタリア・グエルチョッティ) 45:37
2位 豊岡英子 (パナソニックレディース) +3:00
3位 宮内佐希子 (TEAM CHAINRING) +3:59



やっと「復帰」、この日が迎えられた。
今年4月に落車し、怪我を負った。
毎日リハビリをし、さらにこの半年で3回もの手術を受けた。
本来では2月に抜釘予定であったプレートを、10月14日に抜いた。
リスクは高い、しかし、プレートが皮膚にあたる事によって炎症が起きる。
その時点で、リハビリも、トレーニングも中止せざるを得ない状態に、耐えることが出来なかったのだ。
チーム監督と共に、今シーズンはレース復帰は無理だろう、と話していた。
しかし、プレートを抜いたおかげで、左肘が伸びるようになり、動きの制限も少なくなってきた。
後は、筋力の問題である。
現在リハビリ中である、国立科学スポーツセンターでトレーナー、ドクターとトレーニングを見てもらっている安藤コーチと、11月29日に復帰する為に、できることを考えるようになった。
そして、自分自身が走りたい、走れる、と言う思いが強くなっていった。
不安があると言えば嘘にはなるが、落車しない条件で、復帰戦を迎える事を決めた。

レース前日、オフロードに身体を慣らす様に、試走に出た。
感覚的には走れそうだ。
しかし、立体交差の下りで激しく右から落車、顔や右半身を、強打したが大丈夫そうだ。
レース当日、昨晚降り続いた雨が、継続して降り続けている。
昨年度と違って、スタートはオンロード。
そこからゴールラインを通過し、フードエリアを越えピット、ピットを越え林区間に入り、立体交差を越え、スタートラインに戻り、上り区間、泥区間、第二ピット、バギーエリア、泥のクネクネ区間を越え、ゴールラインに戻ってくる、というコースレイアウト。
雨が降っているので、シャバシャバな泥だ。
試走し、アップを完了しスタートラインへ。
他のカテゴリーの時間が押して、10分スタートが遅れる。
レーススタートし、第1ピットに入るも連携がうまくいっておらず、自転車が無かった。
しかし、ルール改正の為、機材の交換、および何か自転車の部品を外す事を、しなければならず、前輪を外し付け替えた。
とても冷静に対応でき、前の選手を追う。
登った後の泥区間で、宮内選手に追いつき伴に前の選手を追うが、泥クネクネ区間で一人になった。
思った以上に身体が動いている。
そこからは、自転車の機材トラブルを避けるため、何回も自転車の交換をした。

そのまま2位でゴール。

DAY2



- | | | |
|----|-------------------------------|-------|
| 1位 | アリチェ・アルツッフィ (セライタリア・グエルチョッティ) | 44:57 |
| 2位 | 宮内佐希子 (TEAM CHAINRING) | +2:24 |
| 3位 | 豊岡英子 (パナソニックレディース) | +2:42 |

昨日とは、うってかわっての晴天に恵まれる。

泥は重そうだ。

昨日のレースが終わって、左をどうしてもかばう為、右半身がカチカチで全く機能しない。

スタート前に、軽く首から肩、背中を軽くマッサージしてもらおう。
ケガをしているとは言え、スタートラインに立てば、皆立場は同じだ。
定刻にスタートし、ゴールラインを越え、先頭に立つ。
しかし、ものすごく息も上がり、呼吸が浅いを感じる。
スタートラインに戻った時は、アリーチェ選手と2人だった。
登り区間に入り、アリーチェ選手が前に出る。
速すぎて、付いていくも、泥区間では制御不能になり遅れる。
そこからミスが連発。
中々回復せず、苦しい。
右半身が機能しないため、自転車を担ぐ事ができず、引きずり回し、ロスタイムを招く。
立体交差でもコーステープに突っ込んだり、引っかかるはずのないコーステープに引っかかったりと、ミスを多発。
3周めで、宮内選手に追いつかれ、伴に走るが、4周めで置いて行かれる。
呼吸も身体もきついが、ここでレースを降りたり、気持ちを保てなければ、次に繋がらないと思い、折れそうになる心を奮い立たせた。
もっと離れてしまうかと思ったが、気力で次につなげられる範囲内でゴールすることができた。
今の自分自身の現状で、1日なら走れるというのが解ったので、この1週間を大事に調整し全日本を迎えたい。
応援宜しくお願い致します。

使用機材

自転車 PANASONIC
ヘルメット KABUTO
ステム DIXNA
フォーク ONEBYESU
ハンドル ONEBYESU
シートポスト ONEBYESU
バーテープ DIXNA
サングラス adidas eya wear
サドル fi'zi:k
シューズ fi'zi:k
タイヤ challenge
サイクルウェア pearl izumi
コンプレッション 2XU

自転車ケミカル **HOLMENKOL**

カイロプラティック 日本カイロプラティックセンター大船

セルフボディケア用品 セルフボディケアジャパン

輪行バック **Ostrich**