

第19回日本トライアスロン選手権大会 レポート

境 優希

所属 VIKING 長崎/まつお産科婦人科クリニック 長崎県協会

開催日時 10月13日(日) 午前8時25分スタート

会場 お台場海浜公園 臨海副都心トライアスロン特設会場

競技距離 51.5km

スイム2周回1.5km、バイク8周回40km、ラン4周回10km

大会結果 スイム 22分28秒 38位/58位

バイク 8周回 DNF

今回、4度目の日本選手権に参戦した。過去3回とも完走することができなかった事もあり完走を目指すとともに、来シーズンに繋がるレースが出来るよう強い気持ちで臨んだ。競技説明会では、明日のレースに向けて緊張感が漂っていた。どのようなレース展開になるだろうか、何度も頭の中でイメージした。緊張感も高まり、改めて今回の目標を確認することができた。体調も良く、食事もしっかり摂ることができ睡眠も十分にとれた。

・スイム

天候は晴れで体調も良く、いい緊張感の中レースを迎えることができた。ナンバー順にコールされスタート位置に着いた。スタートダッシュは上手くいき、第1ブイまでは大きな集団の中にいたが徐々にトップ集団から遅れをとった。気持ちは焦っていたが、周りの選手を確認しながら次のバイクで前を追っていくために今の位置から絶対に落ちないように泳いだ。1、2周目ともに目標としていた集団でのレースをすることが出来ず、スイム終了時トップとは3分差があった。



・バイク

バイクスタートは2人で、前の集団は見えなくなっていた。前を追うことだけを考えて。2周目に入り後ろからきた2人の選手とパックになり4人で前を追った。周回を重ねるたびにスピードは上がりパックは大きくなっていった。5周目には第3集団まで追いつき15名ほどの集団になった。集団になってから



は、呼吸も楽になり足にも余力があった。しかし、バイクフィニッシュを目の前にしてDNFとなった。本当に悔しい結果となった。集団でのローテーションの仕方や協力することの難しさ、大切さを知ることができた。

・総評

今回の日本選手権に向けて目標を達成するためにトレーニングに励んできたが、目標には届かなかった。トップ選手との差を改めて感じた。しかし、今後の課題がはっきりと見えたレースでもあった。距離に対応できる体力をつけベースをつくること。スピード強化をしていくこと。精神面を強くしていくこと。これからやるべきことはたくさんあり、日々のトレーニング1つ1つを大切にしていきたいと強く思った。

最後になりましたが、ご支援・ご声援をいただいた皆様のおかげで頑張ることができました。本当にありがとうございました。これから、しっかり目標を持ち強い気持ちで臨んでいきますので、今後とも応援よろしくお願いいたします。