

「第35回全日本トライアスロン皆生大会」レポート

【 開催日：2015年7月19日（日） 開催地：鳥取県 】

米倉 宏亨 選手 (TriathlonTeam“Big Lake”)

<レース結果>

スイム 3k ・ バイク 140k ・ ラン 42.195k トータル 185.195 km

総合 203位

Time 10時間 40分 24秒

年代別 60～64歳 1位

今回の皆生大会は台風の影響で3種目出来るのか不安でしたが、予定通り開催されました。

早朝に起床、外を見ると風もなく曇り空、用意を済ませ AthleteX サンプロテクト 40 とタトゥーシールを張り準備完了。

会場にて最終受付を済ませ、チームメイト・友人と共にスタート地点へ

さあー 長い1日が始まります、まずはスイムを、いつものタイムで楽に泳ぐ事を意識して、狭いスタートエリア右端からスタートしました、1500m で一度上陸し計測、私より早いはずのチームメイト発見、この調子と折り返しました。

やはり、すこし海はうねりが有るが、楽に泳げと言いつつもゴール地点へ、チームメイトが見えた!!

今回の泳ぎは楽だった、少し泳ぎ方を変えた事で疲れてない!! スイムゴールした。

(私はスイムが終われば完走と同じです!! スイム嫌いだから)(笑)

スイム 3km 59:37

トランジットを済ませ、日本一 up down 回数が多いバイクコースへ

コース上、平坦は河川の堤防のみと言っても過言ではないと思う、大山観光道路を上り

ジェットコースターと呼ばれる up down、危険なコーナー、下りは時速 70km 出るだが

帰りはこれを上る事になる、変化に富み楽しいコースです。

でも今回は、途中雨が降りスリップの危険大 落車続出の様でした。

このバイクパートもタイムは早く、体のダメージを考えながら漕ぎました。



100km を超えると折り返しになる、ここからは良いペースで漕いだ、チームメイトを見つけては、パワーを与え、パワーを貰う、すべてのチームメイト確認

140km ゴール近くで、筋肉の疲労度を確認、いつもより疲労なし!!

バイクタイムも昨年より5分遅いだけだが、筋肉の半分はフレッシュだ! いい感じ!!

これで、ランを集中して走れるはず、そう思ってゴールへ駆け込む

バイク 140km 5:18:59

さあー、後は大好きなランのみ、ルンルン気分です。

この当たりから晴れて、太陽が出てきた!! またまた

ルンルンだ! 暑さが大好きです

スタート直ぐに、頭から水をかぶり 22km 先の折返しへ

やはり、じりじりと暑くなってきた!!

スタートして 5k までは、少し抜かれていくが我慢、また抜けると信じ自分のペースで走る

今回のランは集中力を切らさないで走る、これが目標
この歳になると途中で集中が切れる、それを無くすのが今回の皆生の目標

この大会のランは交通規則遵守です、だから信号は止まります。

7k と 36k、40k に歩道橋を渡ります、帰りは最悪!!

その中で、自分のペースを乱さず走る事、心が折れそうになる、もういいや!!とね

今回は違っていた、スイム・バイクで何時ものタイムで楽に! 筋肉も残せた

この事が、全く集中力は切れずに走る事が出来ている、k5:20 前後、エイド、信号で待っても k6:30 前後で走り、少しペースは落ちたものの帰りの歩道橋 2 つも走って上れた。

後はゴールです、昨年より元気で競技場に帰ってきました。

先にゴールしていたチームメイト 2 人と一緒に皆生大会 21 回目のゴールをしました。

トライアスロン最高!! Big Lake 最高!!

ラン 42.195km 4:21:48



皆生大会は 15 回大会～35 回大会 連続 21 回出場

2011年 年代別 55～59 歳 3 位

2012年 年代別 60～64 歳 1 位

2013年 年代別 60～64 歳 1 位

2014年 年代別 60～64 歳 4 位

2015年 年代別 60～64 歳 1 位

(株)アミックグループの皆さん、応援有難うございました、おかげ様で頑張れました。

今回も灼熱の皆生で提供して頂いている、AthleteX のサンプロテクト 40 を顔、首、腕に塗りレースに臨みました、途中で雨あり最後は晴の中でしたが、雨でも取れずガードしてくれた様で、全くヒリヒリしません!!

いつもながら最高です。AthleteX はスポーツに離せないアイテムの 1 つです。

有難うございました、思う存分レースに集中できました。

これからも、宜しくお願い致します。

2015年7月23日

米倉宏亨

