

「IRONMAN CAIRNS 2019」大会レポート

今村圭孝選手

開催日 2019年 6月9日 (日)
場所 オーストラリア (ケアンズ)
距離 Swim 3.8km / Bike 180km / Run42.2km
TOTAL TIME 11:56:38

バイク FUJI NORCOM STRAIGHT 1.1 (株式会社アキボウ)
ウェア Zoot
ウエット Zoot (zootsports)
シューズ Reebok
シューレース Grepper Laces (株式会社 SUNNY FISH)
アイウェア OAKLEY raderEV (金栄堂)
メカニック 材木座サイクル (株式会社 OSJ)
補給食 PowerGEL、TOP SPEED (有限会社パワースポーツ)
サプリメント Astavita (アスタリール株式会社)
日焼け止め Athlete-X (株式会社アミックグループ)
高濃度酸素水 Oxyshot (ティーアンドアール)
タイヤチューブ RACE A EVO4 25mm (Panaracer)



【Swim】 57:46

今回はスイムスタートを前の方ではなく真ん中くらいからスタート。
前日の高波で試泳していたので、海はうねりがあり波もあったが泳ぎやすく感じた。

自分のペースを守り、一つ一つブイを確認しながら泳いでいった。
後半になっても疲れはなく気持ちよく泳げている感じが確認でき岸に向かってラスト少しペースを上げスイムアップ。

【Bike】 5:41:29

バイクスタートしてまずはスイム会場のパームコーブからアップダウンのある海岸線を進み、その後はポートダグラスという町まで進みまたパームコーブまで戻りもう一度折り返してケアンズの町までのコース。
昨年までのコースと異なりアップダウン増えている。路面は相変わらず粗くボトルや、ボトルゲージが多数落ちていた。

今年は、ポートダグラスの町の手前で折り返しまたパームコーブまで戻る。折り返してから向かい風との戦いになり、どの選手もペースが落ちている。ここで少し体に力が入らなくなってしまうように進むことができない、パームコーブまでのアップダウンを乗り切りもう一度ポートダグラスの町の手前で折り返しそこからはケアンズの町までフラフラになりながらたどり着きバイクフィニッシュ。

【Run】 5:10:10

ランに入り少しムカムカしていたが調子がよく走ることができ、前の選手を追うぞ、ここからだと言い聞かせ走り出したが、5キロほどキロ4分程度で走ってエイドに差し掛かったところで気持ち悪くなり戻ってしまった。

そこからはエイドでドリンクの匂いがするたびに戻しながら走っていたが、走ることもできなくなるくらい体に力が入らない。ここまで来たのにやめることだけはしたくなかったので、歩いてでもフィニッシュだけはしようと沿道の応援に元気をもらいながら歩き続けた。普段走っているとそうでもないが、歩くと本当に疲れるし、何より長く感じた。

歩いていると何人かの日本人選手にこえをかけてもらってうれしかったし、力強くおもえた。

最後のフィニッシュまでは最後の力を振り絞りジョグでフィニッシュ。

今までで一番辛く長いレースだった。

また、強くなって必ず戻ってくると自分自身に言い聞かせた。

応援して頂いた方、本当にありがとうございました。

今村 圭孝





