

「第23回 たかはらやまトライアスロン大会」レポート

【 開催日：2015年8月2日（日） 開催地：栃木県矢板市 】

鈴木 まさみ 選手 (NSI トライアスロンスクール/福島CTC)

女子総合優勝

8月2日（日）、栃木県矢板市にて開催された 第23回たかはらやまトライアスロン大会に出場し、おかげさまで女子総合1位を獲得することができました。

6年前の6月にふと「トライアスロンをやってみよう」と思い立ち、「スイムはプール使用！」という初心者にとっては安心して参加できるこの大会を見つけてエントリー。デビュー戦でエイジ3位となり（当時はエイジとか、総合順位もわかりませんでした）、あっという間にハマってしまうきっかけをつくってくれた大会がこれです。

スイムは50mプールを1コースから順に泳いで折り返して6コースまで。一旦上陸し、また1コースから...という感じで5セット。1500m泳ぎます。

バイクは寺山ダムというダム湖まで登り、折り返して今度は一気に下るコースを2周回。

ランも、一気に下ってちょっとフラット、折り返してまたひらすら登るコースを2周回。起伏に富んだ！？なかなか走りごたえのあるコースで、お腹いっぱい楽しめました！

強い日差しが照りつける中でのレースでは、日焼け止めは欠かせません。今回も、顔には **Athlete X** のアンダーベースとサンプロテクト 50、ボディーにはサンプロテクト 50 をしっかり塗っていざスタート。

水にも汗にも強い **Athlete X** は、レース中に落ちてくることもなく、紫外線によるダメージをシャットアウトしてくれます。レースが終わり、プールでクールダウンをした後は、**Athlete X** のスポーツクレンジングとサボンブランを使ってきれいさっぱり♪

トライアスロンを楽しむ上で、紫外線の問題を避けて通ることはできません。日焼けはしても、深くは焼かない。そして、焼けてしまった後はしっかりケアをすることで、ダメージを最小限に食い止めることができますね！

Athlete X、夏の強い味方！

2015年7月6日 鈴木まさみ

