

2018.11.17 IRONMAN Malaysia 参戦記

長辻 肇

ironman Malaysia を終えて今シーズンもひと段落。レースのレベルは色々あったにせよ、こんなにも結果が出続ける事になろうとは思いもしてませんでした。今までやり続けてきた事が全て実ったようなシーズンでした。



5月新島トライアスロン総合4位。

6月バラモンキング総合4位。

そして今年のメインレース Ironman Malaysia。

世界のレベルを体感し、総合34位。エイジ2位。2019 World Championshipのおまけ付き。

んー。。。個人的にはラストレースが微妙ですが、全体的には出来過ぎですね。。。

今回の目標は、swim1時間、bike5時間15分、run3時間15分。トランジション他ペースダウン含めて15分の9時間45分。



結果は、、、

swim1時間4分ちょい。ノンウエットと考えるとまずまずか？

bike5時間18分ちょいと、まずまず。

run3時間37分と致命傷。何回歩こうかと思った事か。。。

計10時間7分33秒。T2では余裕でサブ10と思っていたのに撃沈。まずまずの積み重ねもNGで、走り出してすぐに「あ、こらあかんわ。。。」って思っていました。笑

見た目はrunが遅かったのが要因。しかし自己分析ではrunに脚を残す事ができないbikeの弱さが主な敗因。そこをわかっていてそれなりのbike強化を図ってきたつもりが、強くなった以上に突っ込んでしまった事がNGだったのでしょう。Garminのパワーメーターが正常に作動せずデータがずっと0を表示し続けてたのが痛かった。かと言って、表示されていたとしてももっと抑えてたらbikeはこんなタイムは出てないし。。。結局の所、bikeが弱点って事で本人は納得してます。パワーメーターなんて単なる目安。結局弱いただけなんです。はい。。

次にIronmanに出る時は絶対に9時間45分を達成してやる。それが出来れば今回のMalaysiaも総合一桁に入れたのに！！！！くやしいー！！！！

色々思う事と面白い事がありすぎて、ここで書ききる事が出来ません。唯一言える事は、やはりラッキーやまぐれは無く、やった事以下しか結果に繋がらないという事を改めて学びました。

今回、ironmanデビューでしたが、百聞は一見にしかず。ironmanがこんなにも楽しくてスケールも違って、世界にはとんでもなく速い奴らがいてる。それを知る事が出来ました。これからすこーしだけゆっくりします。とは言うもののすぐにマラソンシーズンイン。今年こそサブエガ達成してやる。

