

2017年11月21日 今日UTMF (距離168km 累積標高8100m 制限時間46時間)の抽選発表日！  
 恐る恐るHPを見てみるとそこには「当選」の文字が・・・普通のレースなら小躍りでもするんですが  
 トレランのロングに当選した場合 その日から「なんで当たってしまったんだ・・・」「なんで応募してしまったんだ・・・」と後悔の日々が始まります・・・。そして、それはレーススタートする直前まで・・・。

4/27 (金)

ぶつくさ言っても仕方がないし、今日まで不安要素を徹底的に潰し、大好きな部室もさぼって(スイム練をさぼったのは喜んで)体作りをしてたんで諦めてスタートしました。



走り始めて数時間 かなり先を走ってるはずの増成さんの姿が・・・。「もう幻覚??」と思ったのですが「腰が爆発しそうだから、ギリギリまで歩いて行ってみて だめそうだったら登山口手前でリタイヤする」との事。

その後LINEで「リタイヤしました」との報告に心の支えをなくした喪失感と、増成さんの分までがんばろうとの想いで登山口にとりつきました！・・・が「天使山地」なんてかわいい名前をつけては決して行けない前半最大の山場に大学時代 登山部だったくせにちっとも登れない私は心折れまくり。

初日なのに幻覚見まくり、幻聴聞きまくりでほうほうの体でエイドに到着(エイドからエイドまで8時間弱かかってました・・・) 「私もここまで・・・ リタイヤしよう」と、帰ってからみんなにするいいわけを探してたその時 目の前に現われたのは リタイヤした増成さん!! (バスか車で先回りして来てくれました) リタイヤを決めた私を慰めるでもなく、鼓舞するでもなく どうでもいい話を延々と聞いてくれ、話してくれてるあいだに、何だか「もうちょっと走ってみよう!!」・・・という気になってきました。

あいかわらず幻覚も見ると 幻聴も聞くけど少し力強くなった足取りでエイドを飛び出し走り出しました!(増成さんはこのあともエイドに先回りしてくれたり LINEくれたりホントありがたかったです!)



登山家にとって「富士山」ってのはやっぱり特別な山です!

富士山が夜の闇の中、朝焼けの中 その姿を表すたびに力をもらえます!テンション上がります!

私は今まで一人で参加して レース中も黙々と走っていたのですが このレースは皆と共に進んで皆とゴールしよう!と思ってたので応援してくれる仲間にLINE送るまくり。そして返信頂くだけでますます力が湧きます!

4/28 (土)

日中は太陽が出て目が覚めるんですが、この日は暑い予報 しかも日に焼かれる区間が多く「メザシとかサンマってこんな気分で焼かれてるんだらうな・・・」とジリジリ焼かれながら

眠気と疲れMAXの体でトボトボ進んでると「おっ?どした??」とレース中に知り合った女性ランナー。

「引っ張ってあげるから一緒に行こう!!」としばらく引っ張ってもらって、お礼を言いつつ、またゴールでの再会を誓い別れました。

あのまま歩いてたら 体力も余計に消耗し 何より関門が厳しくなっていたから本当にありがたかったです。

こんな風に 共にゴールを目指す同志 時には助けられ、時には逆に助け、少しずつ少しずつ進んでいきます。(決してずっと一緒に走るわけではないのですが、だいたいペースが一緒になるので46時間の間 何度も会

います)

夜は「やっと涼しくなる～～」と思ってたら 放射冷却で涼しいと言うより極寒・・・立ち止まったら一気に体が冷えて低体温症になるから動き続けるけど、眠いしやっぱりその辺でちょっと死体になる（一応コース上で寝たら失格なので、休憩したふりして寝る）ってのを繰り返して先に先に進みます。

4/29 (日)

富士山は特別な山ですが もう精も根も尽き果てて富士山に感動してる心の余裕はありません。

富士山見ても「また富士山 もうええわ・・・」 『熊目撃情報あり 十分注意』の看板見ても「あっ そう」って感じ。みんながくれているLINEも返信する余裕もありません（でも頂いたメッセージはすごい力になりました）とにかく先に進み続け、ようやくあと1km。

主催者の鎌木さんの演出なんでしょうね。走路の両側に「おかえり～～」とハイタッチで出迎えてくれる人100人以上。そして私達の挑戦を厳しくも温かく見守ってくれていた富士山がど～～んと堂々たる雄志で現われ、そびえています。

やっぱり今回も泣きながらのゴールとなり、私の43時間36分27秒の旅は終わったのでした！

本当にたくさんの方々のお力を借りて100マイラーになれました！完走できたのもうれしいけど、ゴールでも帰ってきてからも「完走おめでと～」ってみんなに言ってもらえるのがもっとうれしかったです。



KTC入って がんばってきてよかったです！

「UTMF」は世界遺産が故、運営にも苦勞してるし、コースの楽しさも難度も他の大会のほうが上なのはいっぱいありますが、UTMFしか醸し出せない雰囲気、空気、楽しさがそこには確実にあります！

皆さまもぜひぜひSTY そしてUTMFに参戦してみてください！

気づいたこと

- ・眠いときは仮眠とってもすぐに眠くなるので 歩きでもいいからとにかく動き続ける。全力で走ったら目も冴える（全力で走った後 もっと眠くなるのは言うまでもない・・・）
- ・心が折れても 体は動く！！動きたがってる！！ 心を立て直し先に進む！！
- ・体が壊れても心が元気なら体を動かせる！ そして動かしてる間に体は復活するときが来る！（関節とか外傷は除く でもそれらでも考えたら何とかなる場合が多い）
- ・でも、無理のしすぎは自分だけで無く周りにも迷惑かけるので厳禁 その見極めはとっても難しい・・・
- ・股ずれ 尻ずれ防止にワセリンでなく医療用の防水テープ使ってみた これ よかった！
- ・丁寧なフォームや足さばきを心がける 疲れたときほど どうでもよくなりがちだけど 先の先になると結構大きな違いになって現われた
- ・小さなトラブルは大きくなる前に早め早めに対処！
- ・前にさえ進めば、どんなに遠くても、どんなに辛くても必ずゴールは近づいてる！
- ・そして何より仲間の存在！！やっぱり「入ってよかったKTC！！」

これからも一生懸命がんばりますっ！どうぞよろしくお願ひしますっ！！