

2015/09/20

第 15 回丹後 100 キロウルトラマラソンに参加して

奥野 孝

今年も丹後 100 キロに行ってきました。去年が 11 時間 3 分で、今年目標はあわよくばサブ 10（10 時間以内）と大きな夢を持って挑んだ大会でした。

というのも 8 月から始まった KTC 西京極サブトラック練習会に参加し、キロ 4 分について行ったりするペース走の練習をやってきました。今までトラックを走ったこともなければ、一定のペースで自分を追い込んだ走りをしたことも無く、自分にとっては大変刺激的な内容でした。平日スピード練習をして、休日にロングランをやれば一皮むけた新しい世界が見えるのではないか、そんな思いを込めてスタートラインに立ちました。

早朝の気温の低下を予測していましたが思ったほど寒くなく、太陽が昇ったら暑くて体力が奪われるやろなあ、と考えながら AM 4 : 30 スタート。暗闇の中、ガードレールの外から聞こえる日本海の荒波を BGM に黙々と最初の七龍峠を越える。KTC 合宿でお世話になっている茜海旅館に近づいてきたなと思ったら、今年は旅館の前の道を海に向かって右折する新コースに変わっており、この浜辺に沿った遊歩道は今年の合宿で走った大変景色の良い所。あたりも明るくなってきた 16 キロ地点の大きなエイドで自分の名前を呼ぶ声に振り向くと、そこにキムカツ夫妻が。話を聞くと、ここがスタート地点となる 60 キロの部に参加するとのことで、ひよんな所で KTC のメンバーと会ったことに気分

良く再スタートを切る。

久美浜湾を1周し、再び七龍峠の復路を上り切って浅茂川漁港に出る手前が42.295キロの表示。時計を見ると3時間57分台。100キロマラソンでフルの距離を4時間切って走ったのは初めてで、貯金も13分程あるし又曇り空で時折雨もぱらぱら降りだすベストな気候で、このままキロ5分半で走りければ夢のサブ10達成。体の状態も良く、このベストな条件でサブ10を達成できなければいつ出来る、と思わずほくそ笑んだのでした。

さて56キロ地点の弥栄公民館エイドも最小限の休憩で済ませ、これから標高差450mを10kmの距離を走って上る難所の碓高原越え。ここで徐々に足の調子がおかしくなっていくのが分かり、太ももがけいれんしだして1歩1歩のスライドが短くなっていく。最後の旧な上り坂で歩き出し、峠の長い下り坂で精も根も尽き果て、夢は無残にも砕け散って残り20キロは地獄のロードと化してしまった。

ここからは気持ちを切り替えるしかなく、時間も制限までたっぷりあるから焦らずにと言いつつも聞かせ、見たくない時計をみるとキロ7分半で走行。100人くらい抜かれて、抜くのは歩いている人のみ。とにかく歩かないことだけを考えてフラフラとゴールにたどり着いたのでした。タイムは10時間53分と去年より10分早く、初の10時間台がせめてもの救いか。

後半の落ち込みをなくす方法を誰か教えて下さい。

えっ、もっと走りこまんかい、天からお叱りの声が聞こえてきたような……。