

# 2019/09/03 佐渡トライアスロン参戦記

米田 智行

9月1日、第31回佐渡国際トライアスロンAタイプ236キロに出場して無事完走できました🙏

リザルト：12:23:48。総合86位/出走1079人完走739人。結果には満足？もうすこし頑張れたかな？いろんな思いが蘇ります。

## レース前

金曜日バイクを積み込んで車で出発するも、全国的に大雨で楽しくないドライブ600キロ、7.5時間かけてようやく新潟港着。フェリーは快適。全くグランドじゃない佐渡グランドホテルに着いたのは19時くらい。未だにブラウン管テレビ置いてある宿あるんやーと衝撃をうける。かなりの消耗してるので、ご飯食べてすぐ就寝。

土曜はゆる～く起床して、島を試走30キロして、エントリーして、バイク受託、Onのルミナの撮影に参加したり。海鮮丼とステーキを食べてパワーをつけることができました。

## レース当日

朝3時起床。かなり眠い。車で会場へバイクセットしてウエットきて準備。KTC西川さんにも会えました。試泳して、いよいよスタート地点へ。

## スイム4キロ

2キロを2周回のコース。インから泳ぎだしはいい感じも、波が強くて全然進まない。折り返しするも、波に流されて蛇行→コース修正→蛇行→コース修正を繰り返す。Garminでは4.6キロ泳いでることに。1:28もかかってしまいましたが、T1ではバイクがたたくさん残っており安心。

## バイク190キロ

島一周の190キロのワンウェイコース。中盤と後半に結構な坂があるも、景色最高で、そこまで疲れませんでした。中盤以降、暑さと坂にすこしやられるも、今のバイクの実力で190キロを6:35くらいでいけたなら及第点。



## ラン 42 キロ

行き帰りで 21 キロを二周回のコース。宅間君の助言通りランコースの難易度はまさに、宮古島>佐渡>五島。ハーフはサブ 4 ペースを刻むも、20 から 30 キロで熱中症になり、歩く走る冷やすの繰り返し。3 分くらい寝転がって回復させたりしましたが、DNF しようかなあと頭をよぎる瞬間がありました。でもここまできて諦めたらあかんと、30 キロ地点までなんとか辿り着き、残りの 10 キロは出し切ってやるとロングスパートで、キロ 4:50~5:20 くらいで前へ前へ進む。最後の 1.5 キロは、3:00~4:00 でラストスパート。新しく導入したナイキの厚底シューズの恩恵か、サブ 4 ならずも、4:12 くらいでゴール。ウェイパー速いぞと罵声を浴びせてくれる On JAPAN の皆様の応援最高でした（笑）



ゴール後、総合 32 位（全然練習してへんゆーてたのに凄い）の西川さんがお出迎えしてくれました！たこ焼きゴチになり、有難うございました。

こんなに DNF を考えたトライアスロン大会は今までになかったけど、その分達成感半端ない佐渡でした。

## レース後

月曜日、朝早起きで用意して車に乗り込み、フェリーで新潟港へ到着。新潟市内でまた海鮮丼を食べ、600 キロのドライブスタート。帰りも雨。金沢から福井の区間で雨が止み晴れてくる。早く帰りたいたいでアクセルを踏んだところを、覆面レスラーさんに呼び止められ、3 点 25000 円を押収される(T . T)疲れを通り越して凹む。来年当たったら、新幹線&ジェットホイルで行こうと本気で考えました。夕方、無事京都到着。



日本最長の佐渡トライアスロン、最高のロケーションで参加させて頂き、完走することができました。これにて 2019 年、宮古島・長崎五島・佐渡のロング三本の挑戦が終わり、無事に全部完走できました。案外二ヶ月に一回ペースのレースが丁度いい感じもしました。来年は抽選受かるかわかりませんが、どの島も最高なのでまた出たいです。