

# Ironman Cozumel(メキシコ)参戦記

山本 彩

鉄の女になりたいくて無謀にもアイアンマンレースに出ました。

スイム3.8km、バイク180.2km、ラン40.2km、制限時間17時間。

あのアップダウンのきつい佐渡より短くて時間は長いじゃん。

もしかしていけるかも・・・という甘い考えで仲間とエントリーしたのは昨年の11月。

その後・・・なんとウエットスーツは禁止。(足の沈む私はやばいよ。)

ディスクホイールが禁止な位横風が強い(宮古島の横風にもふらついてるのにどうする)

などなど不安要素が発覚。

それでも、17時間あるんだからと・・・あくまでも楽天的な私でしたがやはり痛い目にあいました。



まず1週間前の練習で腰をギックリ！マッサージと注射と座薬に頼りなんとか出発。

30時間を越える長旅で(伊丹→羽田→NY→カンクーン→コスメル)ようやく到着！

翌日(金曜日)は、早速朝7時から試泳のためスイム会場にバイクで出発。

初のカリブ海、透明度100%というだけあってむっちゃキレイでした。

大きな熱帯魚がいっぱいいます。

スタート地点の横の囲いの中にはイルカがたくさんいます。

さすがセレブのリゾートです。

そのあとは受付とオフィシャルグッズの買い物と説明会。

大会の資料は何も配布されず、会場のモニターに写された英語の文字画像と英語の説明のみ。

ゼッケンはどこにつけるとかトランジットの袋の説明とか大切なことはほとんどわからず。

日本の大会がいかに親切かを痛感。

土曜日は小雨。

海は前日と異なり波が高く透明度は悪くウエットスーツなしではアップアップ。

なんとかカヌーのオールにつかまり早々に陸に引きあげました。

レース当日もこんな海だったらどうしようと不安がよぎります。

せっかくカリブ海まで来たのだから青い海で泳ぎたいー！

午後からはバイク預託へ。

自走でも20分くらいの距離ですが、ほとんどの選手はホテルからのシャトルバスにバイクごと積み込んで移動します。

明日はいよいよレース。

予想タイムは、スイムは余裕をみて2時間(トランジット含む)、バイクは8時間(フラットコースだからパンクさえしな

ければ大丈夫でしょう)、残りは7時間だから歩いて大丈夫！ と、どこまでも楽道家の私でした。  
当日は朝5時にバスで会場で。  
バスでとりに座った外国の女子選手の太ももは私の1.5倍はありそう。  
身体の大きさが違います。天気は晴れ時々曇り。  
絶好のレース日和。  
スペシャルフードを預けて会場に入っすぐにサスクリーン&ワセリンコーナがあります。  
日差しが強いのでみんな塗りたくってました。  
きれいなお姉さんが背中を塗ってくれるよ。

いよいよスタートです。  
スイム会場ではイルカたちがジャンプしてレースを盛り上げてくれます。

約2,800人が海に入っのフローティングスタート。  
大きな外人選手とのバトルが不安だったけど海は広いな大きいなア〜♪と抜群の透明度でぶつかることなくスイスイ泳げます。  
600m泳いで最初のブイを折り返し。  
1,800mは快調にカリブ海を満喫しながら楽しく進みます。  
いつまでも泳いでいたいなあ〜♡



ところが最後の折り返しからの1,400mがなかなか進まない。  
遠くに見えるゴールのブイがいつもでたっても近くならない。  
なんとかゴールに這いあがったら時計は2時間。  
うん?ウソでしょ。20分前にスタートしたエリートのスタートからのタイムかな?  
と勝手に納得してトランジットのテントへ。  
大きなテントの中には椅子が並び、座って着替えられます。簡易トイレもあります。  
ボランティアの女学生たちがお手伝いをしてくれます。  
着替えを詰めてくれたり、サンスクリーン〜!と言うと日焼け止めを全身に塗りたくってくれます。  
いたれりつくせりです♪しかし腕時計をはめてびっくり! やっぱ2時間かかてる〜!

焦りをおさえつつバイクスタート。  
コースは島の半分を3周回。  
どフラットコースです。  
1周目は景色を楽しみながら快調です。碧い海を見ながら海岸線をどこまでも走ります。  
市街地に戻ると、沿道には椅子を並べて子供たちや家族ずれが、途切れることなく声援を送ってくれます。  
「彩ちゃん、ガンバレー!」といきなり日本語の声援が。  
声の方を見ると一緒にスイムスタートした仲間の姿が・・・???スイムが苦手だからもしかした



ら・・・よし彼の分の頑張るぞ！

(後で聞いた話では今年のスイムは潮の流れがきつくなると 380 名がスイムで DNF。  
スイム平均タイムが例年より12分遅かったらしいです。)

声援に元気ももらって再び周回コースへ。

アスファルトが粗いから抵抗が大きくストレスがたまります。

フラットコースだから、ズーとDHポジションのまま。

ただ右手を離すのが苦手な私は、右側通行ゆえに右側から渡されるボトルがうまく受けとれず、度々バイクを降りて補給。

ゲーターレイドのボトルが細くて落ちるので、詰め替えが必要です。ロスだなあ。

3週目になると、さすがに走っている選手も少なく、風も強くスピードがあがらない。

最後の直線 10km は追い風でもあり、これでこの島を走るのも最後と思い、苦しいけどスピードをあげてなんとかバイクフィニッシュ。

アベレージ 24.6km 下りがないから Max が 38.9kmしか出てなかった。

ランコースは、島一番の繁華街の真ん中をスタートして7km先を折り返し×3周。

テント地点からコースに入ると、両側から大歓声！ハイタッチで送られて 42.2kmがスタートです。

大きな声援、時には流れてくるラテンミュージックに合わせて踊りながら楽しく走りはじめました。

大きな外人選手の中に混じると若く見えるのか、沿道からは「Hey! Japanese girl! 」と声援をもらいます。

”JAPAN AYA” というゼッケンを見て、「ガンバレ！アヤチャン！」と声をかけて追い越していく大きな外人選手。

逆にほかの外人選手を抜かした時には「ヨクデキマシタ！」と褒められました。

いったい何歳にみられてたんだろ？

順調に走っていたはずなのに、2週目の途中からやたら眠くなり右目が開かない。

暑いので水を飲もうとしても受付けない。

仕方なく頭から水をかぶりながら睡魔と闘い朦朧としながらなんとか前へ。

後で思えば脱水症状だったのかも・・・。

スペシャルフーズでベスパを摂りなんとか意識が戻ってきた。

どんなに苦しくても市街地にもどってくれば、大きな声援があと押ししてくれます。あと一周。

なんとか歩かず最後はスパート。

ウイニングロードでは現地ガイドさんや先にゴールした仲間、そして観客のハイタッチに迎えられ、こぶしを上げて感動の GOAL！

Ironman になれました。

実は元気よくゴールしたものの、そのあと目の前が☆でいっぱいになり、かつがれて救護テントへ。

点滴が終了したころにはレースは終了。

すでに会場は撤収され、まるであのゴールは幻のようでした。

苦しかったけど楽しかった Ironma Cozumel。

陽気であたたかい声援を送ってくださった沿道のみなさま、いたれりつくせりのボランティアの少年、少女たち、大会スタッフの方々、

一緒に行った仲間、日本で応援してくれたみんな、美しい海と素晴らしいロケーションの Cozumel 島。

ありがとうございました。宝物がまた一つ増えました。

