

2009 帯広の森アクアスロン大会報告

(スイム 1500 メートル+ラン 12,7 キロ)

参加者 31 名 (女性 6 名含む)

いよいよ待ちに待った「帯広の森アクアスロン大会」。

申し込み順位は 3 番、素晴らしい！・・・意気込みが違う！鼻息の荒い感じが誰の目にも分かるだろう。白い大地に似合いそうな鼻息。

あっという間に一年が流れその間に積んだ練習の日々が懐かしい。

その成果がいよいよドーンと置かれるのだ。

先に結果をお知らせしよう

とても素晴らしい記録で黙ってられない。こみ上げる感動がウプーと出てきてしまう。

	2009 年	2008 年	時間差
総合タイム	1 : 47 : 36	1 : 57 : 49	-10 : 13
スイム (1,5 キロ)	36 : 21	43 : 23	-7 : 02
ラン (12,7 キロ)	1 : 11 : 15	1 : 14 : 26	-3 : 11

去年は予想通りの最下位に甘んじてしまった。去年は 45 名の参加。いずれも強者揃いトライアスロンクラブに籍を置く者がほとんど。一筋縄でかなう相手ではない。去年の反省をふまえ走りの研究に専念。金哲彦の「ランニングメソッド」他多数を机の側に置く。さらに泳ぎの研究「クロールが早くきれいに泳げるようになる」高橋雄介等々を夜な夜な眺め日々トレーニングに励んできた。

DVDで泳ぎのフォームを頭に入れ、太平洋を友として沖へ向かって泳ぐ事 15 分・・・右に曲がって更に 15 分・・・岸に向かって 15 分。疾走する水上スクーターをひらりひらりとかわし、ウインドサーファーを左手に見ながら競い合い、我が物顔の漁船団をひらりかわす。波を縫うようにしながらフォームの研究に努力をしてきたその成果はいかなるものか。

海が穏やかな日は少なく日々刻々と変化を続ける。時には大きなうねりの中をもまれるように泳ぎ、時には岸边に戻される程の強風の中を泳ぎ、まれに鏡面のごとく静かなる海の上を滑るように泳ぐ至福の時間。

一度も 1500 メートルのタイムを計る事もできないままいよいよ本番を向かえる。

本当に泳ぎのスピードが速くなったのか、驚くほどのスピードを身につけたのか、どれだけ早くなったのかやっと知る事ができる大会が始まろうとしている。

5月17日（日）8時00分の受付を済ませると「第13回帯広の森アクアスロン大会」要項パンフレットが渡される。

早速出場選手一覧をチェックする。昨年惜しくも途中リタイヤされた好敵手「部坂老人」を捜す。いない！昨年の大会ではスイミングが終わり、私より相当早くランに入った部坂老人だったが痛めていた膝に問題が起き途中で引き返してきた。そして今回はリベンジのはずである。しかしエントリーしていない。

何があったのだろうと心配していると後ろから声がかかった。振り返ると元気そうな部坂老人の顔があった！

部坂氏は昨年来調子を乱し身体中おかしくなって練習もできなくなっていたそうだ。72歳の年齢は回復をむずかしくしているのだろうか。今回は大会警護員として参加しているという。立派な方だ。共に戦う事が出来なくて残念だが部坂老人の分まで頑張ろう。

開会式のあと水着に着替えトランジションの段取りをする。気温が20℃程と暖かいので今回は水着の上にランニングパンツ、半袖のシャツとした。靴ひもをゆるめにして足がスポッとはいる様に時間の短縮を考えた。いざ戦う姿勢は整った。

更衣室には各選手の着替えセットがあちこちに並んで置かれている。

泳ぎ終わってびしょびしょの身体の上に半袖のシャツは着にくいものだ。軽くタオルで拭いてからシャツを着るのが良かろう。それでも焦ると引かかってこずるものだ。などと試行錯誤をしながらウェア等の荷物をまとめる。

9時まではプールでウォーミングアップの時間。昨日の講習会で教わったターンの練習を繰り返す。大会では危険防止のためクイックターンが禁止である。どちらにしても私には出来ないから関係ないか。

壁にタッチしてからコースロープをくぐり隣のコースへ入ると言うのがルールである。50メートルを折り返して1500メートルを泳ぐ。レースでは合計28回のターンが必要になるこれを上手くこなさねば大きなタイムロスである。

ターンの練習でもう腰が痛くなってきたのでプールサイドに上がってストレッチをする。

そこへがっしりした身体、キングコングの毛をむしり取って全体をぎゅぎゅと縮めたような毛利氏 57 歳が近づいてきて今回初参加ですと挨拶をうける。やはり年寄り同士と見て挨拶に来られたのだろうか。昨年私が部坂老人に挨拶に言ったように年寄り同士は妙に親近感をおぼえるものである。

思えば湘南の遊歩道をランニングしているとき同じような年齢の方がジョギングですれ違ふと挨拶を交わしてくれる。若い人から挨拶された事は一度もないのだからこの挨拶は「ご同輩頑張っておられますね」と言った挨拶なのかもしれない。

スモールキングコングの毛利氏のゼッケンは 5 番。彼はなんと「平泳ぎが得意なので今日はクロールではなく平泳ぎで行きます」との事。およそ考えられない展開だが楽しみだ。ゼッケンナンバー 5 番の毛利氏はトライアスロン経験者であり、フルマラソンにも参加している猛者なのである。

さーおもしろくなってきた。

話しは盛り上がっていたが、いよいよスタートの時間だ。11 名が一つのグループにまとめられ 2 コースを使って折り返す方式のレースである。

入水からのスタートなのでスタート時点でのもつれ合いはなく早そうな人に席を譲る紳士的スタートである。これが海の大会ではビーチスタートで全員が団子状になってブイを目指すので一つ間違えばゴーグルまで吹き飛ばされてしまう激しいバトルが展開する。

今回役員の方からトライアスロンは格闘技ですから、折り返しで混戦しても譲る事はありませんよ、早い人はそんな混戦状態であってもその間隙をぬって前に出ますからと言われている。その“格闘技”という言葉にビビイーと反応した私。格闘技と言えば私のお家芸。昔取った杵柄、古くはボクシング部の部長のプライドもある。蹴られたらよける。殴られる前に殴る。勝つためにはひたすら努力。つねに勝あるのみ。

思えばこんな事もあったな一高校生の頃の事だ。剣道の授業で小手、面、銅と打ち込んでいるうち、つばぜり合いになり組み合ったときに思わず足で相手の銅をけり込んだ・・・倒れ込む相手に、「えーい面」と打ち込む必殺法。私のいつもの離れ業、得意芸。たぶんそれを見ていた体育教官「星川先生」の怒りに火がついたのだろう。授業のたびに悪ふざけが好きで、やめられない私は、先生にいつも蹴り上げられたり、殴られたりしていたのだが、この時も怒りはかなり増幅していたのだと思う。他の生徒の指導はほうりだし私と一对一の戦い

が始まった。我が師の星川先生は県下でも有数の剣豪である。そのスピードは速く、すさまじい一雨、嵐の竹刀が上から横から降り注いでくる。素晴らしい！

私と言えば小さい頃から宮本武蔵を師と仰ぎ、裏庭の枝に棒をつるし、打ち込みに励み傷だらけの人生を日々過ごしていたのである。

ある時はハチの巣に襲いかかり、逆襲に会いながらも剣を持ったまま必死に逃げた強者である。

もちろんこの宮本武蔵のイメージは山本周五郎の書き込む宮本武蔵ではなく、吉川英治のいかに年老いていようとも一点の隙もなく生き抜く武蔵である。

宮本武蔵の描く水墨画のきりりとした描きっぷりの見事な事、剣の道も絵に通ずるといったところか。

私だってニューヨークで個展を開き天才と言わせた業師である。負けてはおられん。

しかし、我が師は面の防具を付けてはおられず打ち込んでくるので、さすがに私は相手の面は打てない。たぶん打ち込んでも払いのける自信があるのだろうが、万に一つの事を考えると打ち込めない。

しかるに本来なら軽くメーンと打つところを肩口やら、腕をねらってバシーと打ち込む。そもそも真剣勝負でない試合というものは迫力の点で今ひとつの感があるのは否めない。いつもながら授業というものはなじめない。

格技館隅に追い込まれた私はついに階段を上がり戦いながら外に出る。星川先生の剣は止むことなく降りかかってくる。格技館の外を回り階段脇にあったバケツをひっくり返しながら再び館内へ。そして授業が終わった。

素晴らしい先生だった。ここまで執念を持って追いつめてくる先生と出会ったのはこの時が初めてだ。

腕時計をして剣道をしていたのだが、残っていたのは時計の底の裏板だけだった。

当然の事だが剣道の授業に腕時計は似合わない。

高校時代最も好きな先生はだれですか？と問われれば迷わず「星川先生！」と答えるだろう。会いたい！

いよいよスタート。これからの長丁場を考えると静かなスタートである。腕を大きく伸ばし、より遠くの水をつかみ取る。水の抵抗をできるだけ少なく、より多くの水をつかみ取り、流れるように進む。まさに教科書通りだ。息継ぎの

あとは身体を打ち返すように左手を前方遠く水の中へ。身体がスーと前に流れる。ああー快感！

何回目かのターンの後ついに先頭のスイマーが迫ってきた。コースロープ沿いを進む私の横を鮮やかに抜き去るすごい早さだ。後続部隊はまばらだ。相当タイムにばらつきが出てきているようだ。やがて何度かの折り返しの時 3 人ほどのスイマーが一緒になり、混戦状態で折り返す。身体がぶつかりコースロープに引っかかりゴーグルが軽くずれ片目に水が入ってきた。と同時に誰かの肩口をけり込む。慌てたスイマーが右に避けながら離れる。

身体の下を大きな魚がくぐり抜けるようにターンと同時に潜り込みながら逃げる。うまい泳ぎだ！斜めにターンをしながらコースロープをくぐり抜け隣のコースへ、おやおやどこへ行く、と言ったなめらかな泳ぎ。まねのできない魚のような動き。メガネに入った水がわずらわしい。どのタイミングでゴーグルに入った水を出すか決まらないまま 2 度ほどのターンを繰り返す。

再び混戦に巻き込まれ折り返しでの肉弾戦にはいる。ここでメガネの水を素早く抜き、戦線に入る。おやさっきの混戦で口の辺りを怪我したらしいぞ。血が出ているようだ。確認は出来ないが血が出ている感じは分かる。どこを切ったのだろう。痛みは感じられない。血を流して泳いでいて良いのだろうかドクターストップなどになったらどうしよう。傷は浅いようだが公営の施設で血を流して泳いでいて良いのかな。ここでストップさせられたら文字通り今までの苦労は水の泡たまらないな。などと考えながら 2、3 回ターンを繰り返すうちに血は止まる。泳ぎのピッチも安定してきた。いよいよこれからだ。

全く疲れはないが今何キロ地点なのかな。前方に平泳ぎで水しぶきをあげて泳いでいるゼッケン 5 番毛利氏発見！もう 2 回抜いているのだから 100 メートルは差がついているぞ。やはり平泳ぎは遅いと言う事か。北島康介と体つきは似ているが、似て非なるもの。しかし侮れない。彼はフルマラソン経験豊富で走りには自信があると言ってたな。もう少し引き離しておかないと一気に捕まるかもしれない。スイムで 10 分以上の差を付けておけば逃げ切れるだろうか？

息つきをする時、ふと壁に目をやると時計が掛かっている。10 時 25 分を少し回っている。スタートが 10 時ジャストだから 1 キロぐらい泳いでいるのかな。

去年はスイムのタイムが 43 分 23 秒で猛烈な勢いで抜かれていたが今回は余り抜かれている感じが無い。むしろ嬉しい事に抜いている選手が一人二人というじゃないか、思わずほくそ笑んでしまう。今年の目標タイムは 34 分である。と

言う事はいよいよ後半戦の泳ぎに入っているはずだ。なんと言っても昨年の夏はDVDを見てこってり、しっかり泳いだからなー。

特に今回はターンが素晴らしい。前回のターンはいったん壁にタッチした後、歩いてコースロープをくぐり、壁を蹴って再スタートなのだから考えただけでもいらだつ遅さだ。ところが今回は壁にタッチをすると同時に折り返しのキックが始まるのだから泳ぎはなめらか、スピードが余り落ちない。今回のレースではクイックターンが禁止されているがこの方法だとそれほどのロスはないようだ。次第にターンが上手くなってきているようでスピードも乗ってきている。気分爽快の泳ぎだ。

突然ペットボトルで頭をゴーンとたたかれる。最後の100メートルの合図だ。ランニングと比べ泳ぎは楽なものである。最後の100メートル全く疲れを知らない子供のように猛然とスパート。プールから飛び出るようにしてトランジションに向かう。

今回は水着の上から短パンをはき半袖シャツをすっぽりかぶる、靴を片手に玄関に向かう。靴も履きやすいように広げてあるので足をズボッと放り込みキュットひもを縛る。と、その時、あろう事か、玄関口でササッと不審な二人が私を追い抜くではないか。「ここで抜くとは卑怯者！」と心で叫べど足が重い。みるみるうちに引き離され一人取り残され後を追う。腰は痛いし足は重い、こんなはずじゃー無かったがどうした事か。走りのペースに身体がなじむまで耐えるしかあるまい。毎回前半4キロほどは辛く苦しい。それを乗り越えてからピッチが上がる。今回も無理をしないで前半我慢の展開のようだ。

2度目の長く急な坂を下る頃、玄関で私を追い抜いた二人が折り返しを済ませ坂を登ってくる。ずいぶん差を付けられたものだ。これでは追いつけないだろうなー、くやしい。坂を下りたところに折り返しのコーンが立てられ、今度は登りだ。気が遠くなるような長い坂だ。まだ先は長いし、私の寿命は短い。長い上りの坂を想定して坂道の練習を積んできたのだが、練習ではすたこらさっさだったが、本番は足が棒のようで前にも上にも足が上がらない。

やっとの思いで坂を登り切ると前方には平泳ぎで力強く泳いでいたゼッケン5番の毛利氏の姿が見えてきた。「がんばれよ！」「おー！」と笑みを浮かべるも彼には負けられない。腰が痛いのを我慢してピッチを上げるが腰は重い。これ以上の失速は許せない。

一週目の折り返し場所ですなわちゴール場所でもあるが、大きな歓声とアナウ

ンス。なんと一着の「沢田愛理選手」が私をびゅーんと抜き去り堂々の 1 着でテープを切っていく。彼女は 2009 年アジアカップで優勝。日本デュアスロン 3 連覇なのだ。

6,2 キロの差を付けてゴールは素晴らしい。2 位の姿は無い。エイドステーションでゴクッと水をのみ気合いを入れ直す。続いてもういっぱいを頭にかける。そろそろいつものハイスピードに入りたいが今日は今ひとつ力が入らない。後にも先にも選手がいないなーと思いながら走っていたのに突然後ろからこんにちは「湘南の風さんですよー」と声をかけると同時に抜き去っていく女性がいる。この人はどこから来たんだ？このスピードはどうなっているんだ？考えている間にみるみる離されていく。こんな事はしてられない、突然目が覚めた。大学受験の時のようだ気づくのが遅い。追いつくのには遅すぎたが離されながらも相手のピッチに合わせる間にやっとペースが上がってきた。再び訪れた長い坂をなりふり構わず駆け下り最後の折り返しにはいる。

登り坂に入るが身体がなじんできたせいかピッチは上々。ピッチが上がれば欲が出る。前方遙かを走るランナーを必死で追いかける。苦しくても残りは 4 キロから 5 キロ我慢比べである。苦しいのはみな同じ。追いかけている方が相手を捉えている分頑張れる。400～500 メートルの差はあるだろうか。やっと見えるかどうかだが、わずか差は縮まっているような気がする。そう思っただけでどうしてこんなに力が出るんだろう。

坂で姿が見えなくなったり、コーナーで姿が消えたりするうちやがてゴールが近づいてきた。朦朧としながらも白いテープが前方で待っている。実況アナウンサーがマイクで「神奈川県から参加の湘南の風みえきしんさんが入ってきました」と叫んでいる。多くのギャラリーの大歓声が聞こえる。うれしい堂々のゴールを切る。

ご声援ありがとう
三枝樹

参考資料

1 位・・・沢田愛理 1 時間 12 分 02 秒

27 位・・・ゼッケンナンバー3 番・・・三枝樹真 1 時間 47 分 36 秒

28 位・・・ゼッケンナンバー5 番・・・毛利安男 1 時間 52 分 08 秒

＊ 部坂老人・・・昨年のスイムのタイム・・・35 分 07 秒