スイム(水泳)

7:00 Bタイプ 750 名 & リレー150 名 (S2K.B105K.R21.1K)約 900 名、

成城トライアスロンクラブの仲間とインコースからスイムスタート。

6月ケアンズアイアンマンレース、スイムで知り合いが亡くなっているプレッシャーもあり、ゆっくりと泳ぎ始める。

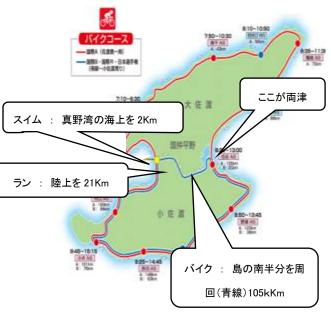
そのせいか何時もよりバトルが少ない!

第2ブイを回り岸に向かったとたんに波が一変!向かい風で波も荒く進まない。

更にAタイプ(S3.8K.B190K.R42.195)6:00 スタートの遅い選手が障害物になり手こずる。

海底が見えてきた、岩から徐々に砂に変わる岸が近い、回りの選手がスイムを止めるのを見届け立ってみる。

呼吸を整えウェット上半身を脱ぎながら上陸、ああ生きていた!49分45秒(陸上移動含む)。



バイク(自転車)

トランジションにてバイクシューズ、ヘルメットをつけ得意のバイクスタート。 海水をたくさん飲んでいるので口の中は塩だらけ!今日1日塩不要? 佐渡中央部を両津へ、過去殆ど追い風なのに、強い向かい風! 約20Km程で両津に着く、追い風を期待したのにまだ向かい風、これには

約 20Km程で両津に着く、追い風を期待したのにまだ向かい風、これには 大分凹みました。

佐渡一番南の辺りからやっと追い風、さあっ行くぞーと時速 40K前後で快調にライド。

エイドで下半身に水を掛けるも回復しない、残り40Km辺りからは抜かれ 放題。これは最後のランは危険かな?なんて思いながら・・・・

4時間1分36秒、何も言えません。

ラン(ハーフマラソン)

「どんなに時間が掛かろうとゴールを目指す」この思いだけでとにかくRUNスタート。

チーム選手の奥さんが少し伴走してくれ、チームメイトの情報と力をもらい折り返しを目指す。

とにかく暑くて 2.5~3Km毎のエイドが待ち遠しい。頭から冷水をかけ、冷たいスポンジをいくつも上着の中に入れ、スポーツドリンクを飲み次のエイドを目指す。

このくり返しで折り返し、帰路は精神的に楽になり少しペースアップするも、2 時間 37 分 47 秒でフィニッシュ(生きてて良かった)。

競技を終えて

総合記録 7 時間 29 分 08 秒 255 位 年齢別では 60~64 歳 6 位。



今回で6回目の佐渡トライアスロンBタイプ、前2回は100位以内で、今回は練習量も一番多く体調も良かったのに、なぜ・・・・?

トランジション:競技種目変更点

エイド: 給水地点

翌日佐渡の美味しい寿司と生ビール、最高でした。 終了後~今日まで一番疲れているのは今回が一番! (歳ですよね)。

参加してみたい方、色々アドバイスします。

(佐渡のコースの説明は佐渡国際トライアスロン大会のホームページより転載したイラストに加工をしたものです)