

2019 茨城国体レポート

こんにちは。九州大学に在学中の小林諒祐です。昨年に引き続き、ふるさと選手として長崎県代表で国体のトライアスロン競技に出場させていただきました。以下レースレポートです。(常体で書かせていただきます。)

スイム

近くの選手にドラフティングしようと追うも、水が汚く右往左往。こういう場合はさらに先のブイを見ながら泳ぐのがいいのか。ヘッドアップを増やさなければならない。インカレでは泡を見ながら泳ぐだけでよかったのでそれとはまた違う経験だった。視界の悪さ、展開によって泳ぎ方を修正できるようにしていきたい。理想よりも1分程度遅い。

バイク

トランジを出ると近くにいた二人と回すも足が動かず立ち上がりでちぎれる。自分がしっかり回せていれば前のバックに追いつけていたかもしれない。末岡さんがいるバックに追いつかれるも、後方に下がってしまったせいで立ち上がりが遅い選手の後ろに入ってしまう中切れ。次のバックも同じ展開で千切れる。次に入ったバック(第4)は前方でローテーションに入れたこともあり、立ち上がりも楽にこなせたため、そのままバイクフィニッシュ。いかに集団内でのポジションが重要かわかる。自分に足りなかったのはスイム→バイクのきつさに対する慣れ、コーナリングのテクニック、積極的に前に出る脚力。今回のようにバックを落としては勝負にならないので、まずは特に大きな課題であるコーナリングの技術を改善しなければならない。

ラン

トランジ内で混雑し、自分のバイクスタンドに行くのに手間取る。集団最後尾でトランジを抜ける。走り出しはそこまで重くないがすぐに腹痛、吐き気で呼吸が浅くなる。足は動かない。蹴って走ったり、テンポを上げたりするもペースは上がらない。そのまま何人にも抜かれ、ゴール。我慢して走り続ける練習が足りなかった。

今回の国体では自分の納得のいく結果は残すことができませんでしたが、山野さんをはじめとする長崎県チームの皆さんや茨城国体トライアスロン競技の運営にかかわったすべての方々のおかげで無事レースを終えることができました。また、末岡さん、境さん、林田さんと一緒に茨城国体に出場することができて幸せでした。本当にありがとうございました。今回のレースの反省を踏まえて、次こそは長崎県に貢献できるように練習を積んでいきたいと思います。応援してください。ありがとうございました。

小林諒祐