

『トライアスリートになった日』



今月は南支部のテルヤ電機株式会社・江川和宏社長に寄稿いただきました。何と江川社長はトライアスロンの海外フルレースに参加されたようです。

感嘆と感動の体験談であり、失礼ながらとても同じ人間とは思えない快挙で、まさに鉄人です。先ずはご一読を……。〈事務局・記〉

トライアスロンは誰にでも挑戦できるスポーツです
スイム 3.8km・バイク 180km・ラン 42.195km

トライアスロンは、特別にトレーニングを積んだアスリートだけに許されたスポーツだと多くの方々がイメージしていると思います。しかし、それは間違いだと思います。

なぜなら、特別運動神経がいい訳でもない私だってちゃんと完走出来たのですから。

挑戦する気持ちを持ち続ければ、誰にでも参加できるスポーツなのです。

私の場合は、小学生の頃から水泳教室に通っていたので、スイムに対するハードルが低かったのは幸いしました。スイムが苦手な方は多いと聞きます。自転車に乗れない方は少ないですし、走ることも段階を踏んでトレーニングをすれば全く問題ありません。

トライアスロンを始めたきっかけはワイン？

一昨年の社員旅行で訪れたオーストラリアのリゾート地ケアンズ。ここで現地のクルーズ会社の日本人スタッフの福島さんと知り合いになりました。意気投合して一緒に食事をしている時に、「来年ケアンズでトライアスロンの大会があるのだけれど、一緒に出ませんか？」とお誘いをいただきました。



福島さんも私と同じで、スイムとマラソンはやっているけれどもバイクは未経験でこれからバイクを買うという事です。その時、少々ワインを飲み過ぎており、気持ちよく酔っぱらった勢いで握手をしたのがコトの始まりでした。

帰国後に大会ホームページからエントリーを済ませ、まずはバイクを購入しなくてはと、近所のロードサイクリング用のバイクショップへ行くものの、全く知識のない私には何を購入したらいいのかさっぱりです。店員の方にアドバイスをもらいながら、初心者向けの手ごろなバイクを購入。手ごろとは言っても、ママチャリではありませんから、結構な出費となったのは言うまでもありません。

さて、バイクは購入しましたが、何をどうしていいのかさっぱりわかりません。とりあえず乗ってはみたものの、思った通りに真っ直ぐに走れない始末。しかもペダルとシューズが固定されるので、そのままバ

タンと転倒すること数回。この先どうなるのか、思いやられるスタートでした。しかし人間慣れば大抵の事は出来るもので、数か月で何となく乗れるようにはなっていました。

初レースは石垣島で

トライアスロンという競技についても、インターネットや本でいろいろと勉強はしましたが、実体験がないのでわからないことが山盛りです。そこで、本大会前に練習を兼ねて短い距離の大会を経験しようと、石垣島の大会に出場することにしました。

石垣島のトライアスロンは、スイム 1.5km・バイク 40km・ラン 10km というオリンピックで採用されている距離なので、オリンピックディスタンスと呼ばれています。距離的には余裕で完走は出来そうなのですが、3種類の競技を連続で行うのは初めてなので、どのように体力を温存しながらバランスを考えればいいのか勝負です。

4月に行われた石垣島トライアスロンは、生憎の雨に見舞われていいコンディションではありませんでしたが、スイム・バイク・ランと無難にこなせて、3時間10分でフィニッシュすることが出来ました。トライアスロンでは、他の競技にはないトランジットというものがあります。スイムからバイクに移るときとバイクからランに移るときに、着替えたり装備を付け替えたりするものです。当然トランジットしている間も競技時間に含まれますから、いかにトランジットの時間を短くするかも重要なポイントです。トップ選手はトランジットの練習も繰り返し行っています。

(次号につづく)

