レース報告

【2022JTU エイジ NCS スタンダード】 福岡トライアスロン 2022

[1]大会名　福岡トライアスロン 2022
(2022JTUトライアスロンエイジグループ・ナショナルチャンピオンシップシリーズ対象大会)

[2]開催日 2022 年 6 月 26 日(日)
スタート 07:45(ローリングスタート)

[3]開催地　福岡県福岡市東区志賀島一帯 ※島完結コース

[4]競技情報　スイム 1.5km (750m×2 周)、バイク 40km (9.4Km×4 周)、ラン 10km (2Km×5 周)スタンダードディスタンス

[5]大会結果　総合8位　年代別 1 位

＜50-54 歳男子＞
1位 福元 哲郎(広島)、2 位 井手 善彦(長崎)、3 位 阿部 知史(沖縄)

【感想と想い】
今シーズンは 50 歳に上がりポイント獲得が容易だと勘違いしていました。横浜大会が 3 位、5 月末の長良川ミドル大会(ランキングイベント外)はパンクでレース中止。6 月 12 日ゲストアンバサダーで出場した大崎上島トライアスロンは足のケガでランを中止と予想外の事態になっているところです。
足のケガの治りが今一つの中でシーズン後半を意識し遠征はこなしていく方向に切り替えました。
そんな状況の中で帯状疱疹にかかり精神的ストレスを抱える心の状態を知り、さてどうしようかと思ったのですが、落ち込まずに思いっきり練習も生活もしていく方向に切り替えました。
10 年以上前の市役所勤務時代はこれで仕事を休んだ経験があり、休むことに徹することがかえって精神的にもきつかったことがあります。お医者さんはだめだというのかもしれませんがストレスを抱える方がよくないと判断しました。
薬もよく効き、帯状疱疹も完全ではないが引いてきました。今回のレースはそちらよりやはり足の状況。これを一番に考えて、痛みが増すようであればレースは中止。この約束の中でスタート。スイム、バイクは懸命に頑張れ、いざランをスタート！抑えながら正しいフォーム(負担の少ないフォーム)で進めていくと意外に走れており、結果は総合 8 位。かなりのハイレベル陣営の中で今の状況では納得といったところ。ほしかった年代別 1 位で 10 月末の日本選手権の切符を獲得致しました。
乗り越えるものを踏ん張り切り乗り越えて 6 月 23 日 50 歳の誕生日を迎えた後の第 1 戦でした。
これからも心と体のバランスを意識しながらシーズンに挑戦です！どうぞよろしくお願いします。

プロマインドトライアスリート　福元テツロー





なんと前日広島で開催されたベストボディジャパンでグランプリを獲得！

50 歳最初の勲章がベストボディジャパン･･･日本大会出場決定！






FUKUOKA TRIATHLON 2022
2:10:48
福岡トライアスロン2022
LIVE 福岡・志賀島
FINISH
JAPAN TRIATHLON AGE GROUP NATIONAL CHAMPIONSHIP SERIES
2.10.48
NTT西日本
九州電力
QTnet
D-WOLF
FUKUMOTO
JPN
519


FUKUOKA TRIATHLON 2022
2:10:45
福岡トライアスロン2022
LIVE 福岡・志賀島
FUKUMOTO
JPN


FUKUOKA TRIATHLON 2022
NTT西日本
九州電力
QTnet
D-WOLF
2
1
3


BIGJOHN