レース報告

[1]大会名　第 10 回グリーンパークトライアスロン in 加西
(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 9 月 25 日(日)
スタート 08:40(6人10秒ローリングスタート)

[3]開催地　兵庫県加西市

[4]競技情報　スイム 1.5km (750m×2 周)、バイク 40km (6Km×6 周＋4 km)、ラン10km (2.5Km×4 周)スタンダードディスタンス

[5]大会結果　総合6位　年代別 1 位

＜50-59歳男子＞
1位 福元 哲郎(広島)、2 位 新井孝史(大阪)、3 位 大田慎三(広島)

【感想と想い】
　新規ランキングイベントになった大会で初出場になります。
足底筋膜炎が癒えてきたとたん反対側の下腿部を損傷しており、今回も(この言葉は自身飽きました)ランは抑え絶対に悪化させないように治療とケア、走り方を意識しました。
　スイムが全体の 7 番目で上がれ、バイクが 8 番目で走れており、ランへ向かう時は 8～9 番目で発進。ここからどれくらい抜かれるのか…でした。今回はウオーミングアップでも走らず(バイクとスイムのみ)痛みを試すことをせず本番でどこまで「痛みを出さずに進めるか！」作戦でした。正しいランニングフォームなら痛みを生まない。身につけた経験と知識で勝負です。とはいえドキドキでした。
　今回、私の師匠である八尾彰一氏がたまたま MC で来られており、私の痛めている箇所を両手で包み込んで力を込めてくださいました。いわゆるプラシーボ現象を私自身で生み出してみました。「これで大丈夫だ！」と。
　物理的療法ではテーピングと最近のシューズはクッション性が異常に良い厚底シューズでミズノ製品ではないのですが、衝撃を与えにくいシューズを選定。様々なことが功を奏し傷みなく終えれたこと、ミドルスピードで走れたことで今回の形になりホッとしているところです。これで目標の国内最終決戦で勝った方が「日本一」になるラインまで押し上げることが出来ました。(今回の結果で現在ランキング 2 位)
　成績に関してはそのような感じですが、一方では私がゆっくりは走れば一緒に走れることで喜んでくれるアスリートファミリーもいることを師匠からも教えて下さっています。私の役目をどんな時でも挑戦する形でのその時点に応じた「定め」を享受でき、私のトライアスロン界での役目を与えてくれており、それを信じて迷いなくこれからも挑戦していきます。どうぞよろしくお願いします。
　最後に特筆することがあります。指導させていただく【福トラ塾】塾生が同カテゴリーで 3 位に入り、ともに表彰を受けたのです。こんなことは初めてで、自分のこと以上に喜びを感じることが出来ました。

プロマインドトライアスリート　福元テツロー










加西市
加西市
加西市
アトム
B54


アトム
SHIMIZU
JPN
Daiwa
B158
B254




アトム
B532


アトム
PEUGEOT
MEDALIST
518




94


40
ここから






アトム
ダスキン福山
PEUGEOT福山
ROUND TOP
GARMIN
B254
もっと先へ、その先のスタートラインへ
GREEN PARK TRIATHLON
グリーンパークトライアスロン|パラトライアスロン