レース報告書

［1］　大会名
世界トライアスロン選手意見アブダビ大会2022

［2］　開催日　2022 年 11 月23～26日（木～土）

［3］　開催地　アラブ首長国連邦　アブダビ

［4］　競技情報　①11 月 23 日（木）スーパースプリント　スイム 400m、バイク10km、ラン2km

②11 月 26 日（土）スタンダードディスタンス　スイム 1.5 km、バイク 40 km、ラン 10 km

［5］　大会結果　①スーパースプリン　ト第 5 位

②スタンダードディスタンス　第 3 位

【感想と想い】
やりました！世界の表彰台に立つのに 30 年かかりました！

今回出発前から「世界一になる夢に挑戦してくる」と多くの支援を受け、その方たちの想いとお名前を日の丸に刻み一緒に世界大会のフィニッシュゲートをくぐる…その企画を実行しました。今考えれば自らとてつもない重圧をかけていると思えるのですが、メンタルトレーナーとして多くの人を救う将来も準備しているため、その前に自らで最高の舞台でそのスキルを試しました。技術的なアイコントロールから心意的な言葉使いや、考え方、これは SNS でも発信していた、とにかく「ついている」「運が向いてきた」など繰り返し使いました。

まさに今回の遠征ホテルの部屋番号が777だったり、レースナンバーが111だったり、その都度運が向いてくる形に巡り合っていくのです。結局委縮することなくレース中も世界チャンピオンに食らいついている場面がありました。今考えてもぞくぞくする、わくわくする場面でした。その時はとてもきついのですが、このシーンの残像は今後の宝になると心に刻んでいます。

今までは挑戦もしていなかったメインレース 2 日前に開催されるスーパースプリントという競技ですが、これはスタンダードの約 4 分の 1 の距離で、要するにフルスロットルの競技です。ですからゴール後はぶっ倒れていました。ここで世界の 5 番目でした。過去私の世界順位は 5 という数字があり、それとならんだことにはなりました。この辺りでまず良い方向へ気持ちを運べる原因造りが出来たと思っています。挑戦が生んだ賜物でしょう。そのレースのスタート会場へ行くときにバスが全く違う 40 分先の隣町のプールへ行ってしまい、対応した妻が自分のせいだと涙ぐんでしまうこともありました。焦りましたがメンタルの方向付けをする大切な場面と判断できました。「大丈夫！」と言葉に出し妻を慰めることができその結果の 5 位。

続いてこの順位が世界の順位になるいわゆる本番もよいメンタル状態だったことをうかがえます。マイナスな面をよぎらせていないのです。ウエットスーツ着用不可（水温が熱すぎる）で体脂肪のない私には不利になるのですが、そんなことは思いもしなく、ただ正々堂々と戦うことだけに徹していました。無心というのでしょうか、本気というのでしょうか…

バイクの時も世界を相手にレースが出来ている感覚はありました。バイク終了が 5 位。そこから前の距離はわかりませんでしたが最後の 2 ㎞でスピードアップし 2 人抜き 3 位でフィニッシュ！日の丸を掲げながら…やったんだな～と最高でした。

最高到達点ではないのですが、今冷静になれば、これでまたわくわくできる競技生活が続けられる喜びに満ちています。いろいろありましたが本当に 30 年かけてここまでこれたんだと思えるのです。一人では来ることはできなかった道のり、支えあり、頼り、だからその人たちのためにと想え、どんなことがあっても自分の生きる道だと踏ん張れたのだと思います。そして信じていたものを証明できました。

今回のレースは 100 点満点ではなくレース中まだまだここは…との場面もありました。最後のランでも今シーズンはずっと足を痛めていた時に使っていたいわゆる厚底シューズが、かえって足が出来た今は不安定を感じ力が抜ける感覚がありました。ミズノのシューズを履くべきだったと…笑）これは物理的機材的な伸びしろ部分になります。調子のよい時とそうでないときの使い分け、そして挑戦だと思いました。

とても多くの糧を得ることができた世界遠征でした。本当にありがとうございました。
世界一の夢が目標に変わりました！　今後とも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



50歳の鉄人 挑む世界一

福山の福元さん
あすからUAE

お世話になっている方々と一丸 強い気持ちで

福山市光南町のトライアスロン選手福元哲郎さん（50）が24～26日、アラブ首長国連邦（UAE）であるトライアスロンの世界選手権に出場する。出場は11回目。世界一を目標に掲げ「50歳の挑戦を子どもたちに見てもらいたい」と意気込む。

昨年のシーズンで国内の男子45～49歳部門のランキング1位になるなどし、世界選手権への切符を手にした。各国で同部門の代表に選ばれた強豪たち約60人と競う。

福元さんは三原市職員だった2003年、世界選手権に初出場。06年、07年の選手権では年代別で自己最高の5位に輝いた。09年の交通事故で左足を骨折してからも国内リーグで優勝を重ねたが、同選手権の表彰台からは遠ざかっていた。

11度目の参加を前に、応援してくれた人たちから「世界一になってね」と背中を押されたという。「これまでも目指していたが、漠然としていた。今はお世話になっている方々と一丸となり、『チームテツロー』で1位になるとの強い気持ちでいる」と話す。

今年5月、左足の足底筋膜炎と診断された。痛み止めを飲みながらレースに臨み、10月に宮崎県であった50－54歳部門最終戦では、2位に2分半差をつけて優勝。国内ランキング1位で来年の世界選手権出場も決めた。「挑戦し続ける姿を見てもらい、諦めなければ夢はかなうと知ってほしい」と力を込めた。（原未緒）

10月の日本選手権で優勝し、表彰台でポーズを決める福元さん


ABU DHABI
2022
MAURICE LACROIX
Manufacture Horlogère Suisse
11:34:11
NTT
FUKUMOTO
JPN
Honda
1813


World Triathlon
Championship Finals
ABU DHABI
2022
ضمان
Daman
ABU DHABI
11:34:26
Abu Dhabi
Sports Council
WHOOSH
NTT
FUKUMOTO
JPN
Honda
1813


NTT
FUKUMOTO
JPN
Honda
ضمان
Daman
Abu Dhabi
Sports Council




WHOOSH
1