

第29回日本トライアスロン選手権（2023/東京・台場）報告書

福島西高校3年 齋藤椋凜

開催日程：2023年10月15日(日)

競技会場：お台場海浜公園、臨海副都心トライアスロン特設会場

【結果】

女子19位（U23：9位）

【レース内容】

スイムのスタート位置は外側を選択し、バトルはほとんどない状態で泳ぐことができました。ブイを回るときにも内側がかなり混雑していたので、外側を回りました。ウエットスーツでの練習があまりできていなかったことから、試泳の際には普段との感覚の違いに少し不安はありましたが、レース中は支障なく泳ぎ切りました。

また、ウエットスーツを脱ぐ練習ができていなかったため、焦りから動作が遅くなり、前のパックを逃してしまいました。

バイクは、ジュニアのレースでは自分が積極的に引っ張る立場なのに対し、今回はいつもより余裕がなく、エリート選手が中心に回す展開になりました。また、路面も濡れていたため、慎重に攻めすぎずコーナリングをしました。

ランは、自分のペースを最後まで落とさずに走れるという強みを活かして、最初から最後まで前を走る選手を見て焦らないよう冷静に走りました。ラスト2周回辺りで足がつりそうな感覚がありましたが気にしないようにしていました。そのような中、ラスト1周回で自然とペースを上げて走ることができました。

【所感】

今回は、初の日本選手権だったため不安もありましたが、楽しむ気持ちを一番に切り替えてレースに臨めました。

ウエットスーツ着用の際のトランジションやバイクのコーナーからの立ち上がりなど改めて課題を確認できたと同時に、国外でも戦っている選手との実力の差を把握できたことも良い機会になりました。特に、ランは強化しなくてはならない部分が多くあるので、オフシーズンはベースからしっかり練習をしていきたいです。

また、ランで高橋選手にラップされたときに少しの間、隣を走ったことで、世界で戦う選手の力強さを感じました。将来はラップではなく、競り合う形で世界を感じながらさらに上を目指していきたいと思います。

応援、サポートありがとうございました。