2012 年 5 月 「佐渡ロングライド 210」　緊迫の後半走！

基本資料

開催日	2012 年 5 月 20 日（金環月食の前日）
大会名称	2012 スポニチ「佐渡ロングライド 210」
コース概略	民宿「七浦荘」 ⇒ 佐和田地区河原田小学校グラウンド ⇒210kmコースは島内一周して再び出発地点へ、 130kmコースは両津にてショートカットし出発地点へ ⇒ 民宿七浦荘　　※走りの難易度：ややきつい
集合場所	佐和田地区河原田小学校グラウンド
企画担当者名	O 湖
レポート担当者	O 湖
参加者	H 立、K 林、K 久保、S 水、O 湖　計 5 名
参加機種	700C ロード 5 機
天　候	快晴。　追い風多し、ときどき海からの強い横風

【制限時間は持ち時間、完走すればみな勝者】

《盛り塩の救急薬》

小木港に接する公園の補給所で、H 立さんの敢闘を讃え、わたしたちは別れました。彼は小木エイドステーションまで 162kmを行き、これに宿所との往復も入れると合計 190km近い走行になります。前回出場よりも記録更新して、さらに大きく成長されました。

通過制限時間 15：30 を喫して、わたしは小木エイドステーションを飛び出しました。ここから目的地の河原田小学校グラウンドまで約 50kmを 3 時間で、18：30 までに着けば合格です（だと思っていました）。

珍しくもほぼ無風のなか、下肢はよく回るし背中や腰の筋力も適度な緊張感を保っていました。小木港 162km地点から先は、大会行程のクライマックス、激坂区間です。

わたしは標高 40m越えの小さな坂ふたつを乗り越えながら考えていました。さてこれから 1 年ぶりに再会する 4 つの激坂とどのように向き合うか…。

佐渡の坂はわかりやすく明快です。渚から上り始めて渚へ降りるものが多い。勾配の強弱や標高の高低はあれども、この繰り返しですから。

【 参加者はみな仲間 】

まず標高差約 60m、最大勾配 11%の坂です。道が屏風のようにそそり立って見えます。坂の途中で往生しないよう、クランク側はトリプルチェンリングのインナー30T に落としました。フリーホイルはいきなり最大の 27T に。急に心拍数を上げないよう、回転力でゆるゆる攀じ登るようにしていきます。

上りきるとすぐに渚まで、深く息を吐きながら降下します。そして次の標高差約 70m、最大勾配 15%！の坂にとりつくのです。これはきつい、毎年上って毎年きついとつぶやく自分が、上空から見ると這うようにして移動していきます。

この坂はサドル後端へ腰を引き、こらえるように下肢を上下動させて、確実にクランクを 1 回転ずつ積み上げて行くしかないだろうか。

暑い…、 額から噴き出す汗がクロモリフレームのトップチューブに滴り落ちます。これを放っておくと、ステムとフォークコラムとが錆ついて抜けなくなってしまうのでご用心のこと。目尻から角膜に沁み入った汗で、瞼を開けられません。瞬きすると痛いのです。よほど塩分が濃いのでしょうか。しかたないから片眼をつむり、涙で薄まるのを待ってそっと開きます。そのころにはもう一方の目が痛くてこちらをつむり…、頂上まではこれの繰り返しです。

ふふ、それでも搭乗したまま歩かずに越えましたよ、気持ちがよい。ボトルの水を口に含んで再び降下していきます。この坂はつづら折りになっていまして、乗車技術のみせどころです。右へ左へとかわす体勢のとりかたで素早い切り返しができます。

わたしはもっぱら機体を傾けずに、身体を求心方向へ乗り出すリーンイン姿勢で降りることが多いです。また下り勾配がきついので、この区間はハンドルのドロップ部を握ります。速度が速いので、ブレーキレバーを握る手に充分な握力を確保したいから。

直下に眺める日本海が青い。コーナーを抜けるたびに水平線がさがっていきます。海辺の集落に降りてきて、再び渚の白波を横目に見て海岸線を行くと 180km地点 、最後の補給所「素浜エイドステーション」です。

ありましたよ、長テーブルの上に。皿に塩が盛ってあります。パンをちぎり、この塩を付けて頬張りますとなかなか美味しい。あまり塩ょっぱくないのです、甘くも辛くも感じないくらいに発汗で塩分が欠乏しているのでしょう。

もしこのままなにも手当てせずに行ったら、遠からず筋肉痙攣に襲われたかとも思えます。まさに盛り塩の救急薬です。

ここは制限時間の 16:30 に出発しました。係員の女子高生が親切で、まだすこし休憩していっても大丈夫と教えてくれたのです。ついでにオレンジやらバナナやら詰め込むようにして小腹を充たしました。

【ロングライドの面白さは、一人ひとりが独力でゴールに向かう挑戦】

《機種変更の効果》

残り 30km区間は、それまでと趣向が変わりまして、7%くらいの緩い勾配で上り坂が延々と(3kmくらい)続きます。頂上の標高は約 150mですから、ここまで上昇すれば、こんどは渚まで約 3kmのダウンヒルを堪能できます。

そして続く最後の坂は標高約 100m。この坂も上昇と下降が各 3kmあります。勾配は緩いので、これも呼吸を整えながら上昇し、一気に駆けおりました。この区間は道幅も広くなって、路面も状態がよろしいので限界速度で突っ込んでいくことができます。

時速 60kmを軽く超えて、踏み込めばまだまだ速度を上げられる。それでも進路が乱れることもなく、圧倒的な安定感と操縦性をもって降下できるのですよ。

今回使用の機体は、クロモリ鋼管製のフレームにごく普通のパイプリム、チューブラータイヤの組合わせ。つまり古典的な「ロードレーサー」の形態です。フレームの剛性がじつに高い。

それは「渡辺捷治製作所(SW ワタナベ)」によるところの製品でして。渡辺氏はわたしの体格や体重から最適な材料(タンゲ No.3 フルセット)を選んでくれました。各部寸

法や角度などじっくり打ち合わせ、わたしの身体の一部ともなったかのようなフレームを製作してくれました。

【本年使用機種「SW ワタナベ」ロードのスリムな肢体】

過去 3 回の「佐渡」ではカーボンモノコック製（一体成型構造）のフレームに、カーボン製ディープリム、チューブラータイヤの組合わせでした。こちらの特色は圧倒的な軽量性にあります。ところが下りの限界速度は低い。時速 60km未満にして意気地なく進路が乱されるのです。このためハンドルを保持することに緊張を強いられます。

【2009、2010、2011 年使用機種、
「クォータ・カリバー」骨太のシルエット】

原因は横風に弱いこと、流されやすい。軽量ゆえに、その形状ゆえに影響を受けやすいのです。フレームはモノコック構造なので、断面を大きくして強度を得ています。ダウンチューブ、シートチューブ、それに前フォーク、シートステイ、チェーンステイなどもまるで戸板を立てたように見えるくらいですから。

これに同じく横から見ると幅広なディープリムを組合わせておりますので、海から吹き上げてくる風、山から吹き下ろしてくる風に翻弄されてしまいます。

ま、この組合わせの名誉のために申しあげれば、羽根布団のような軽量ゆえ上昇性能がよろしい。また加速性、制動性の良さも抜きん出ております。そして極端にエキセントリックな形状からは、進行方向に対するエアロ効果が期待されます。

どの要素を楽しむかで選択肢が拡がる。わたしは恵まれた時代に成熟した技術の製品で走れることを感謝します。

《緊急連絡、重要情報》

もうこの先はゴール地点の河原田小学校グラウンドへ約 10kmですから。得意な平坦路で追い風を受けて、淡々とクールダウンしながらこなせばよろしい。まだ小一時間あるから安心です。

渚沿いに絶好調で飛ばしていると電話機が鳴って…。

停止して背中のポケットをまさぐっているうちに呼び出し音が切れてしまいました。ならばこちらからと発信しますと、今度は相手が話し中で。

何度か試みているうちにやっと K 久保さんに繋がりました。あと 10 km ですと現在位置など報告しておりますと、最後に「もう時間がないですよ、18 時までに急いで来てくださいね」ですって。

あー、制限時間を 30 分も遅く勘違いしていました。慌てて走り出したものの、時計を見たら残り時間がない。こりゃあかん、間に合うだろうか。

もう重いギアを踏む余力はないですから、50T×17T で毎分 95 回転を維持するように努めました。疲労により回転数は衰えているとはいえ、ひたすらクランクを回します。周囲にチャリ気のなくなった佐和田の街をひた走り、制限時間いっぱいでようやくゴールしました。3 分前だったそうです、きわどいなあ。

先ほど小木港で別れた H 立さんとも再会し、先行された K 久保さん、S 水さん、130km コースを選んだ K 林さんに出迎えていただきました。「センチュリーランを走る会（百哩走大王）」の H 内さんにもねぎらっていただきました。じつに嬉しいです、みなさんが見守ってくださっていたのですね。

【閉会式後の余韻、式典に参加して主催者に謝意をあらわします】

ゴールの河原田小学校グラウンドで、しばらくはしゃいでいるうちに下肢の筋肉群が硬直してしまいました。まだ宿所の相川地区民宿「七浦荘」まで 13km

あるというのに。34T×21T のごく軽いギアしか踏めない状態で、よれよれになって宿所に辿りつきました。

浴場で汗を流して慰労会。部屋に帰って二次会をしているうちに…。
夜明けに目が覚めたら、ビールの入ったグラスを握ったまま、座布団に突っ伏しておりましたっけ。朝焼けがやけに眩しかったなあ…。

この日は世紀の天体ショーとなった「日食」の日でした。関東、中部、近畿、四国地方など広範囲にわたり金環日食を見ることができましたが、佐渡では太陽が部分的に欠けた三日月状の日食となりました。　K 林さんはこの日のために観測用の双眼鏡を持参されまして、わたしたちも彼の観測にご相伴させていただくことができました。

**【グラスを握りしめたまま眺めた民宿「七浦荘」前の朝景。
大会では、道路を画面の左から右へ駆け降りた】**

来年に続く