

第8回谷川真理ハーフマラソン(2007.1.14)

天候晴れ 北風が冷たい

参加者 2名

今回は2週間後の勝田マラソンの調整として参加のK山さんとそろそろ走るきっかけが必要な私が参加してきました。今回からは男子と女子のコースが分かれお互いに反対に向かって走るコースがとられたようだ。男性が気になる女子には良かったのかもしれないが一緒に走ることにしていたカップルなどからは不満の声が上がっていたらしい。

風向きが 男性の行きに向かい風帰りに追い風となり 女子は逆に追い風から帰りに向かい風となり 記録的には 男子のほうが出たのでは。また、女子は10分前にスタートして 10分のハンデキャップで順位を争うということのようだ。

朝7時30分に新宿駅にK山さんと待ち合わせ 8時過ぎに会場到着
9時ごろまでに着替えを済ませ k山さんは 30分ほどアップへ 初のチームウェアを身にまとい 10分ぐらい前に スタートの列へ 1時間30分のスタートの前方に位置する



トイレは結構 準備されていて女性専用とも書かれたといれもあり 女性には気配りうれしい
ただし、さすがにスタート30分前になるとかなり待つ事に。

ハーフの前には 親子や3キロ、5キロのレースが順次行われていた

さてハーフのスタート

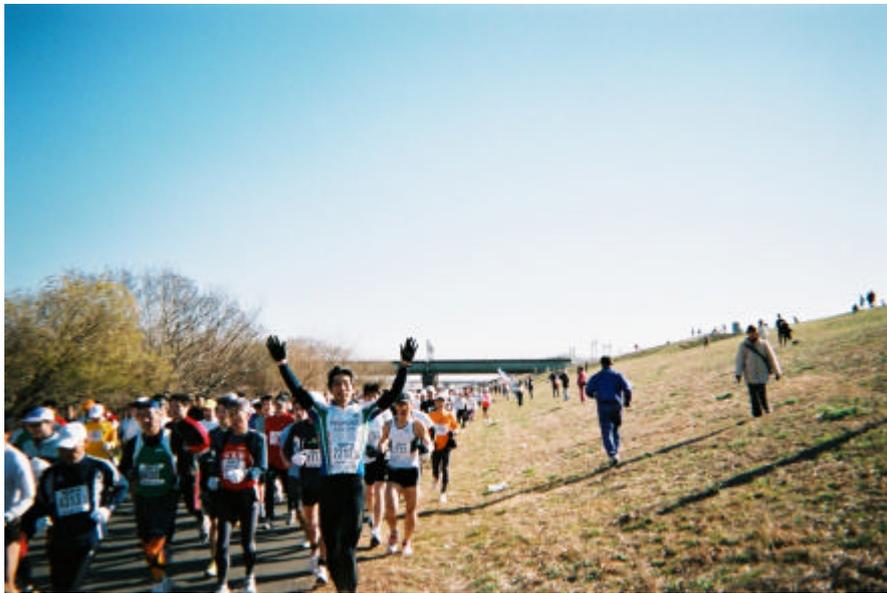


スタート前の1分ぐらい前 左側がスタートゲート 女子は反対側の後ろ方面へスタートしている

音がなって約1分30秒後にスタート地点通過、コースが狭いのでスタートからしばらくは 全体の流れに乗る かなりゆっくりめ がしかし このゆっくりめのペースで落ち着いてしまった私は3キロでタイムを確認 キロ4分45秒ぐらいだったので 今日はこのペースで通すことに決める。



スタート直後 K 山さん



スタート直後の私

4キロを過ぎたときに喉の渇きが えーと と考えると今朝起きてから コンビニで缶コーヒーを1本飲んだだけだったことに気づく 5キロの給水でたっぷり飲んで 再出発 (トライアスロンをやっているのとあまりに寒くて水が体に少しでも掛かるのが嫌で 止まって飲んでいたら あれあれ そんな人は誰一人いなくて 結構 お邪魔ムシだった、その後の給水10キロ15キロも同じように立ち止まってしまふ ランニングの大会では走りながらの給水は必須でした)

一方 フルの調整のK山さんは ちょっとタイムが遅いのでやきもき

7キロ付近で抜け出して4分30秒ほどだろうが そのペースで人ごみに消えていく あれ K山さんのゴール写真を撮れない まずいと思ったがまあ 仕方がない 折り返しをねらうことに



7キロ付近ペースアップ K山さん



先頭付近

しかし、折り返し近くではちょっとよけて立ち止まり K 山さんを見逃さないように探すが見つからない。ランナーのユニホームは白が多いので なかなか見分けが付きにくいことが判明
また 背中に入れていたカメラのレンズが曇っていて これ以上は撮れないことも分かったので 追い風を見方に ペースを維持してゴールを目指すことに。12,13 キロ付近か？ 時々HP
見えていますけど なんて読むんですかと 声を掛けられた HP 管理人さんのニヤリとする姿
が目につく

15 キロ付近から 追い風でペースを維持していればタイムが上がるはずなのに 足が動かなくな
って 抜かれっぱなしになった 身体的な負荷はスタートしたときから同じなので 練習し
ていないことが顕著に現れている



ゴール付近では 谷川真理さんが 握手をしたりしてがんばっていた。でも、会場は冷たい北風
のためか 協賛会社もナイキとサトウ アミノバイタルが目立っただけ
少しさびしかったようにも感じた。

ゴール後 暖かいオシボリが全員にくばられ これはすごくよかったし、チップを外すところ
でもベンチが用意してあり 気配りが感じられた大会でした。

K 山さんは 予定通りではなかったものの 途中からペースをあげてよい調整になったのでは
タイムは1時間 37分ほどか？

私も ハーフのタイムとしては自己ワーストをたっぶり更新したが 4月に向けてのよい調整
になったとしておこう タイムは1時間 42分ぐらいか？