

2018 世界大学選手権 選手感想（ロード選手）

2018 年 10 月 1 日

日本学生自転車競技連盟

大会概要

場所 ポルトガル ブラガ

種目 ロードTT・ロードレース・MTBクロスカントリー

期日 2018 年7 月30 日～8 月4 日

富尾大地

前回のフィリピン大会に引き続き 2 度目の参加となった。前回はクリテリウム、ロードレースともに早々に戦線から離脱し、ただ走っただけという感じだった。2 年前よりも実力的に強化できた確信はあったので、表彰台に立つことを目標にした。ヨーロッパ開催ということで強豪選手も数多く参加することが予想されたが、JCF 春季欧州遠征での経験を生かしたレースをしようと思った。

TT はコースプロフィールから登りが重要だと思ったのでロードレーサーを選択したが実際にはだらだらとした登りで TT バイク、ディスク装備の方が有利だった。しかしできる最大限のことをしようとペース配分に気を付けた。追い風を感じることは無く往路、復路ともにずっと踏んでいる感じだった。先に走った女子選手からの情報で道路の真ん中よりを走った方が良いということだったので、ずっと真ん中を走っていたがチームカーからの指示で走行レーンの補正を行いながら走った。ロータリーでインを走りすぎて最短距離で走ることが出来なかったのが大きな反省点と収穫だった。

ロードレースはヨーロッパ勢にどう立ち振る舞うことが出来るかもだが、それ以上にどれくらい暑さ対策ができるかが課題だった。スタート前から氷を背中に入れたり水をかけたりして対策した。だが走ってみるとすぐに暑さを感じ対策もあまり意味がない感じだった。車に水や氷を取りに帰るつもりだったがなかなか終わらないアタック合戦の為に返ることが出来なかった。集団が落ち着いてからは車に戻り補給をすることができた。周回コースに入ってからマウンテン・女子勢のサポートにより每周回 2 か所でボトルを取ることができ、とても助かった。

スタート前から逃げに乗りたいたいと思っていたのでリアルスタート直後から積極的に動いた。日本チームの動きを潰してしまわないように交互に攻撃をした。自分のアタックのタイミングは悪くなく何度か抜け出すことに成功した。そして 4 人で抜け出すことができた。そこまでは良かったがその時点で脚はパンパン。ローテには回ることが出来たがオーストラリア人の牽きが強烈で激坂でちぎれてしまった。それからは集団で脚を休めながら追走の動きを作ったり便乗したりした。周回に入ってから一度ちぎれたが集団復帰しそのままの

タイミングでアタックについていくと抜け出すことができ、集団の人数を変えながらゴールするという形だった。

レースを通して自分の成長を感じることができた。最初の逃げからドロップすることが無ければ、表彰台に乗ることができていたかもしれないと思うととても悔しい。でも動くことはできていた。ただ実力が足りなかつただけ。まだ大学生で参加することができるならばまた参加したいと思う大会。次回もヨーロッパでレベルの高い大会になると思うので2年生以下の選手には参加することを勧める。またこの大会はマウンテンの選手とも交流することができる。普段とは違った情報や刺激を貰うことができる。またお互いの補給のサポートも行うことができる。そして、海外選手との交流もできる。前回大会よりも私を含め日本人選手が交流に対して積極的でとても良いことだと思った。個人的には女子選手と交流することができた。それでも英語の話せない日本人は輪から外れている感じがあり競技力とともに語学力の強化も必要だと思った。片言でも良いので勉強しておくべきだと思った。

学食で炭水化物が足りていない時に別でパスタを食べさせて頂いたり、できる限りの補給体制を整えてくださったりしてくれた三宅さんを始めスタッフの方々にはとても感謝しています。この大会を機にまた成長した姿をお見せできるようにこれからも競技に取り組んでいきたいと思えます。次はスタッフで帯同してみたいと思えました。前回のフィリピン大会から2度参加させていただきありがとうございました。

西尾 憲人

まずは、今回の「2018WUCcycling」(世界大学選手権)の遠征に参加させて頂き、心から感謝致します。

レースでは40度を超える猛暑になり、暑さとの戦いでもありました。日本チームは逃げに乗せることができたりして積極的にレース運びが出来ていましたが、正念場で力及ばずという結果でした。

私にとって海外遠征は初で、また代表ジャージ(日本大学生選抜)を着てのレースも初です。全てが初めて尽くしで、チームのみんなに多くの迷惑をかけてしまったことが、心残りです。しかしその分、多くの事を学び・共有し、少しだけ視野が広がったと思えます。これから先、競技を続けるかどうかに関わらず、今回の遠征での経験は、必ず私の人生に役立ちます。この様な経験が出来たことに本当に感謝します。監督の三宅さん、スタッフの辻本さん・橋本さん、そして同じチームのマウンテンバイクの皆など、ロードの皆など、そして交流してくれた各国の選手の皆さん、関係者の方々、本当にありがとうございました。

石井駿平

酷暑の中スタートした。レース前の練習などで環境にもなれ、食事も適応できていたので体調良くスタートできた。

ヨーロッパでのレースは初めてだったので緊張したが、気さくに周りの選手が話しかけてくれたこともあり落ち着けた。序盤からアタック合戦になり自分も加わった。自らアタックをしたが、日本人だからか誰も反応してこなかった。この暑さ(40℃)で単独は危険だと判断しすぐ集団に戻った。その後、集団のまま短い下りに入った。そこに少し大きめなマンホールの溝があり、前の選手が乗り越えていたので自分もいけると思ったが自転車が壊れてしまい落車した。

初のヨーロッパレースにも拘わらず、あまり経験は詰めなかったが貴重な時間を過ごせたので良かった。次に繋げていきたいと思う。

石原悠希

TT・10位 天候：晴・距離：26km

ポルトガルで行われた世界大学選手権タイムトライアルに出場して来ました。現地の日本との時差は8時間あるものの、気温は涼しく湿度も低いので快適に過ごせています。

レースは現地時間の17時からスタートし8.63kmの周回を3周するというものでした。コースはほぼ直線で行きが若干登り、帰りが下りで、緩いコーナーと折り返し地点のコーナーがあるくらいで難しくはないコースレイアウトでした。体の調子は悪くはなく、ペース配分に気をつけながら走りましたが、中盤に予定していたよりオーバーペースになってしまったように感じます。

優勝したオーストラリアの選手は今年の春に行われたtour of Thailandに出場して同じレースを走っていたDrapacの選手でした。他にも数名レベルの高い選手が出場していてその中でtop10に入れたことは自信になりました。4日にはロードレースがあるのでそれまでにコンディションをできるだけ合わせて積極的な走りで上位に食い込めるように頑張ろうと思います。

ロードレース・15位・天候：晴・距離：105km

ポルトガルに来た当初は気温が低く過ごしやすかったですでしたが、ロードレースの当日になると日本を超えるほどの猛暑となりました。そのためコースは短縮され、獲得標高1800mで約60kmの周回を1周し、その後約17kmの小さな周回を2周するコースとなりました。

体調も良く、今回のレースはチームオーダーも無かったので序盤から積極的に走るつもりでしたが、スタートするとあまりの高温で、レース中に飲むボトルが体温より高くスープ

のようになっていました。身体が危険を感じたのか、気持ちとのバランスが上手く取れない感じとなっていきました。

登りのペースは早いものの、レースは小さな周回に入るまでアタックと吸収を繰り返していました。自分は1周目の小さな周回に入ったところで先頭集団から離され、そこから小さな集団でゴールまで向かいました。その集団にはドイツ人2人、ポルトガル人1人、オーストラリア人1人がいました。コミュニケーションを取りながら後続に追いつかれないように回すことができ、最後のゴールではこの集団の中では頭をとることができました。

身体の調子は悪く無く、食欲もあり次のレースに向かって気持ちも充実しています。今後はチームオーダーがあれば今回のような気候やどんな状況でも、積極的に動きたいと思います。

重満丈

ジュニア時代にナショナルで行かせてもらってから約2年ぶりの海外遠征だったこともありすこし緊張があったものの大会最終日がロードレースだったので現地入りしてからレースまでが長いと感じる程時間がありましたが、逆に現地の暑さやコースや環境に慣れることができレースを走れました。

今回のレースで特に反省しなければいけない点としては集団からドロップする時に単独でドロップしてしまったことです。約1周TTした感じになり後続グループからもドロップするはめになってしまいました。わかかっていてもきつい時に正しい判断ができなかったので、この先の北海道や大分や沖縄といったUCIレースでは失敗しないようにしていきたいと感じました。

手応えを感じた点を挙げるならば、集団からドロップするタイミングは冨尾さんと一緒だったことです。ただ自分の場合そこで力尽きてしまう形になりました。そこがこれからの課題だと思うので高い強度で何回もいける持久力をつけていきたいと思います。

今回このようなチャンスをいただき、ありがとうございました。とても貴重な経験ができました！まだまだ力不足ですがしっかり目標を持って力をつけていきます。

川嶋祐輔

今回はじめてのヨーロッパ遠征を経験させていただきました。長い移動時間、慣れていない食事でもしっかりとり、レースまでに体の調子を整えレースに挑もうと思いました。

ポルトガルに着くと移動の疲れはありましたが、食事も美味しく、練習を行っていくごとに体もしっかり動いて調子も上がって行きました。レースの日の天気はとても暑いと知ってから水分を多く取るようにして暑さの対策を行いました。

レースの日はとても暑く、すぐにボトルがお湯のように熱さになりました。日本と違って湿度が低いので、喉がすぐに乾き、暑さにあまり対応できていませんでした。集団はペースが速く 40 キロぐらいの場所で集団から千切れてしまい、DNF になりました。レースを走って、自分の力が全く足りていないことをとても実感できました。とてもいい経験ができたレースでした。2年後のこの大会は絶対出場し、リベンジできるように、これからある学連の大会で結果を残せるようにもっと練習に励みたいと思いました。

今回、このような経験をさせていただいたことにとっても感謝しています。ありがとうございました。今回のレースで、サポートしていただいた、三宅さん、辻本さん、橋下さんありがとうございました。

中井彩子

018 世界大学選手権

2018/8/4 (土)ポルトガル ブラガ地方 9時過ぎスタート 晴れ 35-40℃ 湿度 20%
93.91 km (約 70km 登坂 3 か所大周回と 17km 小周回/獲得標高約 300m)

【目標】

チェコ、オランダ、ドイツ、ポーランドから遅れず最後の勝負所まで体力を残す。
有利な下りで前にでる。TT 上位の選手と抜け出し、優勝をねらう。

【レース展開】

オランダ 6 名に、序盤のペースはゆっくりめでコントロールされる。50℃くらいにも感じる暑さで、登りにはいってもペースは上がらず暑さからか周りも少しくつそうだ。登り終わって下りですぐにオランダがアタックを始める。TT チャンピオン(チェコ)のアシストとポーランドが潰しに行くのに便乗して抜け出したい。下りのスピードが速く中切れもあって、先頭と差ができてしまう。

2 番目の下りは道幅が狭くテクニカルなので、頂上で前に出る。3 番手で下りオランダ 2 選手と一緒にいる。回そうとするがオランダが待ち状態で、上手く抜け出せない。その後もゆるい登りでポーランドとオランダと一緒に先行したが、集団に吸収される。

3 番目の登りで TT チャンピオンが前に出てどんどんペースを上げていく。登り半ばで次はポーランドがペースアップ。そこで一気に足にきて離れてしまった。後ろから福田選手が

合流し一緒に前に追いつこうとするが距離がひらき、その後数人に追いつかれる。

最後の小周回の下りで、めまい・動悸で道の端で停止、転倒した。症状が落ち着いてから復帰してゴールした。

【レースを振り返って】

温存と踏みどころの判断や、集団の前で展開、下りに手ごたえがあった。40℃を超えるレースでは2月のアジア選手権や3月のベトナム遠征での水かぶりや氷などが経験にあり、体表面からの放熱にかなり有効だった。体内の水分補給とし電解質を2日前から摂取したが体調をくずした。レース中はずっとこきざみな15分程度の意識した補給が必要と痛感した。また、TTチャンピオンをはじめとした上位の選手達は、大声や割り込みなどの目立つ行動はなく、心も体も温存できている。

【大会での国際交流】

開催地がポルトガルだったので、ロード競技が盛んなヨーロッパ各国の参加が多かった。お互いの出身国の話題以外にもツールドフランス、所属する学部について医学や経済の話題まで、大学で学びながら自転車競技も両立している悩みや楽しみも共有できた。レース前の数日間、チェコの選手とトレーニングできたのはとても貴重な経験だった。レースでは応援やゴールでの祝福をしあった。スポーツが間にはいるとすぐ仲良くなる。言葉も、みな母国語ではない英語なので発音も様々。コースの状況や気候などの必要な情報はもちろんだが、それ以上の楽しさを得ることができた。2年前に参加していたエストニアの選手からも声をかけてもらえ、自転車に乗っている限りまた会えるような楽しい気持ちになった。

【日本選手団内の情報共有】

2回目の参加と最終学年の立場から

MTB選手と初対面で最初は集団で動くのが難しかったが、レースを応援したり手伝ったりして最終日はお互い楽しく過ごせた。情報もLINEですばやくうけとれ、とても便利だった。ホテルの外ではWi-Fiが無い選手に直接声をかけてカバーした。

ミーティングの前に関係者で内容をまとめてから全体ミーティングで結果を共有すると時間も短くなり、レース準備により時間がとれる。

また、オリンピックを控え大会での発言は容易に誤解を招く傾向にある。公的な場での発言は慎重に言葉を選び、表現に気を配りたい。

自転車競技の歴史があるヨーロッパでUCIレース参戦選手と走る機会はこれからの自分の進路と人生を決定するもののひとつでした。

レースに集中できたのは三宅さんをはじめサポートスタッフの方々のおかげです。渡航手続き、事務処理から補食の補充まで、しかも暑い中を休憩もなかったただ選手のためだけに常に動いていただきました。感謝とともに、数年後にあの時のレースのおかげで今があるといえる走りができるように前に進んでいきたいと思います。

ありがとうございました。

福田咲絵

世界大学選手権では、個人タイムトライアルとロードレースの2種目に参加させて頂きました。たくさんの方の応援・サポート、本当にありがとうございました。

タイムトライアル(7/31)・距離:17.28km(8.63km×2周)・タイム:28m43s・順位:6位(+58s)

直前までフランスでレースがあったこととその後の飛行機の大幅遅延で、宿については前日の朝3時半頃でした。レース後のケアが不十分だったことも相まって疲労困憊でしたが、TTを乗り切れば少し休めると思っていたので、どうにか気持ちだけで身体を奮い立たせていました。

コースは往路が徐々に斜度を上げながら上って行き、復路はそれを下る折り返しの周回を2周でした。路面が良くない部分も多く、またロータリーも多数あったので、試走でいろいろなラインを試し、ラインを頭に叩き込んでレースに臨みました。

スタートして身体が動かないと感じるも、上りは我慢と自分に言い聞かせながら踏み、下りはエアロポジションだけを意識して脚を回しました。事前にコースプロフィールは見ていたものの、想像以上に下りのスピードが出てしまい、あと2枚くらい大きいフロントを準備しておくべきでした。

終始力み過ぎて気持ち良く走ることは出来ませんでした。調子が良くない中でもどうにかまとめることが出来、1クール終了時点で3位。2クール目が終わり、5位~7位がコンマ数秒差という混戦の中、結果6位入賞という形で終わりました。

個人的には悔しい部分も多いですが、今年1年鍛えてきたTTの力が確実についてきているという手応えを感じる事が出来ました。S1NEOのTTバイク、GIROのTTヘルメット、TT用ホイールと、多くの方々の支えのおかげで、全力でレースに挑むことが出来たことに、感謝致します。

ロードレース(8/4)・距離:93.91km・結果:7位

TTの後、ロードレースまで間があったので、MTB組のサポート以外は回復させることをメインに行動しました。また、40度越えの暑さが予想されていたので、事前にあらゆる暑さ対策をしてレースに臨みました。

コースは約70kmの大周回を回ったあとに、約17kmの小周回を1.5周。上りは大きく分けて4回で、獲得標高が2000m以上と厳しいコースでした。

暑さもあり、レース前半はスローペースで進みました。こまめに車から冷たい補給や氷を貰えたおかげで、オーバーヒートせずに走ることが出来ました。レースが動いたのは、予想通り3つ目の1番長い上り。

このままだとオーバーペースだと思い、早い段階でマイペースに切り替えてしまった点が今回のレースの1番の反省点です。結局、上りでペースが合う人がいず、消極的な走りも続けてしまい、どんどん苦手な展開に持ち込むことになってしまいました。ここは1人でも

前を追うべきでした。保守的な走りをして、脚を残して、納得出来ない悔しい走りをして、情けないし、とても悔しいです。もう2度とこんな消極的な走りはしないと誓いました。

40度越えの暑さの中、補給無しでは絶対に完走することは出来なかったです。スタッフの皆さん、MTB組の皆さん、酷暑の中、本当にありがとうございました。