

8月8日から24日までの17日間、ベルギーのコルトレイクにて欧州ロード・レース研修事業に参加してきました。遠征に行くにあたり目標を掲げていました。1つ目は日本とベルギーのレースの違いを見つける事、2つ目はレースで積極的な走りをする事、3つ目は現地の人とコミュニケーションをとって交流を深める事、4つ目はベルギーの文化・気候を知る事でした。

まず現地に着いて涼しいと感じました。半袖だと少し肌寒いくらいで日本と比べてとても過ごしやすかったです。車の中から外を眺めてみると田園風景が一面に広がっており、昔、造られた宮殿などもあり日本では見る事のできない美しい風景がたくさんありました。食事に関してですが、朝食はパンとヨーグルト、昼食はレースが無い日は外出してレストランに行き、レースのある日はトマトパスタとパンで済ませました。夕食は日替わりでラザニアやピザやパスタなどが出ました。また、体重を落とさないように朝食はパンを6切れ以上食べるように心掛けました。レースが無い日は、ロードを9時から1～2時間乗りました。日本と違って右側通行だったので慣れるのに時間が掛かりました。練習コースは運河沿いがメインでしたが、有名な石畳コースに行く事もありました。あとの時間は体幹トレーニング、自転車の整備等をして過ごしました。またレースの前日は部屋で体を休める事が多かったです。レース当日は、日本と違ってレースが午後からなので、午前中は軽くローラー等で調整したりして過ごしました。会場に着くと、まず受付をしてゼッケンをもらい出走サインをします。その後は自転車を組み立ててゼッケンを貼りコースを試走しました。レースは2～3時間で、終わった後は自転車を積み込み、ホテルに戻ると夜遅くなり消灯時間が遅くなる事もありました。2日連続でレースという日もあったので、無駄な時間を過ごさないように心掛けました。

レースを振り返ってみると最初のうちは集団密度に慣れず後方に下がり、コーナーでは脚を使ってしまう場面が多くありました。集団前方で展開しようとスピードが緩んだ時に前に出るが、コーナーの度に後方に追いやられてしまいました。それでもレース経験を積み集団密度にも慣れてレース終盤に単独で逃げたりしましたが6レース中、逃げに成功したのは2回だけで、位置取りの悪さやアタックに反応できない自分の力不足を痛感しました。また、レースでは他チームの選手達とコミュニケーションをとり、交流を深める事ができたのは良かったです。

今回の遠征では、ベルギーのレースレベルの高さを身を持って体験する事ができレースに対する意識が変わりました。今後のレースでは今回の遠征で課題となった“積極的に前方で展開する”事を意識してトレーニングに臨み、来年もこの事業に参加する事ができるなら再び自分の力を試してみたいと思います。

最後に引率して頂いた坂井田先生、佐藤先生、竹之内コーチに感謝を申し上げます。