

## U19トライアスロン日本選手権に参加して

今年は、この日本選手権に向け、春に群馬県トライアスロン協会主催の強化合宿に参加し、バイクコースの下見を行いました。高低差や道路幅の狭いカーブが多く、技術と筋力が試されるコース設定で、大会が来るのをとても楽しみにしていました。

大会当日は、雨が降り水温・気温共に低く、路面状況も悪いレース環境となりましたが、スイムでは、集団の中でうまく位置取りをすることができ、先頭と20秒ほどで上がることが出来ました。しかし、バイクに移り、コース特性をうまく活用することができず、集団から遅れ特に二周目以降に力不足で大きく後退する結果となりました。ランでは、後半のペースアップを意識し、前半抑え目に入る事を意識したことで、大きく崩れることなく走りきることが出来ました。

結果26位となり反省点も多く、今後上位を目指すためには、前半から攻めても後半粘れる力が必要だと痛感しました。次回に向け、特にバイクの練習量を確保し、向上心を持って確実に表彰台に上られる力を身に付けたいと思います。