イベント報告

ボヘミアの広大な森を走る!

ロゲイニング世界選手権　2012 年 8 月 31-9 月 1 日 チェコ

村越 真

チェコ東部の山岳地帯の森。オープンと湿地が一部にあるが、
それ以外は広大な森が広がっている。

ロゲイニング世界選手権　チェコ
2012 年 8 月 31-9 月 1 日

ロゲイニング世界選手権

8 月 31 日から 9 月 1 日にかけて、チェコでロゲイニングの世界選手権が開催された。世界選手権といっても、ロゲイニングの場合は、定員と一定の出場資格を満たせば誰でも参加できる。オリエンテーリングで言えばマスターズ選手権に相当する。出走は 333 チーム。約 700 人が出場した。

そうは言っても、世界選手権は 24 時間のフルロゲイニング。もちろん夜間ナヴィゲーションもある。地図の面積も 200 平方 km を超えて、全てのポイントを回ると 150km 程度の距離になる。相当なアップダウンもあるが、トップチームは 140km 近く走る。

世界選手権開催の地

今回の大会は、チェコの西部のいわゆるボヘミア地方で行われた。テレインはドイツ領も含まれており、実際、周り方によっては、ドイツに入ることもある。国境を持たない日本人には信じられないコース設定だ。このエリアは、21 年前(1991 年)にオリエンテーリングの世界選手権が開催されたところでもある。私たちが宿泊したカルロ・ビバリは、ショートの決勝(当時はミドルではなく優勝設定 25 分のショートという競技であった)が行われた。現地入りした日に森にジョギングに出た時、地図を見てその森がショート決勝エリアであることに気づき、懐かしく思った。

大会直前、テレインの端に位置する集落を会場として、トレーニングコースが用意されていた。私たちは、小雨が降る前日にトレーニングに入った。森は若い植林地も多く、予想したよりもはるかにやぶで見通しも利かない。地形も大雑把でつかみにくい。「これは夜間のナヴィゲーションではすごく苦労するね、短く見えても 1:40000 だとすぐ 100m を越えてしまう。歩測とコンパスワークは必須だね」、とパートナーの田島と確認をする。

日本からは 3 チームが参加

当日は、9 時ごろに現地入りをして、最終エントリー確認を受ける。日本からの他の 2 チーム、館野・田辺組、吉田・徳山・山下組とも挨拶を交わす。

館野さんは、東京ロゲインの懇親会で伊藤奈緒さんから前回 NZ での世界選手権のレポートを聞かされ、24 時間という広大で長丁場なフォーマットが長距離トレイルランナーの自分に合っていると感じたこと、またいつかトランスジャパンアルプスレース(TJAR)に出たいが、2 年に 1 回の開催が TJAR と完全にタイミングが重なるので、まずナビゲーション能力を高めるという意味でも先にロゲの世界選手権に挑戦することにしたそうだ。

吉田組は、2009 年からロゲイニングの大会に出場していたが、今後もこの競技を続けていく上で一度世界最高峰を体感してみたいと考えていたところ、この 1 月に、本大会へのエントリー状況を見て、日本人枠に余りがあったので、「これはもう出るしかないだろう!」と即断即決したという。

いずれも長距離ランナーである館野(中央)と田辺(右)の両氏。左は田島利佳

日本では「あぐれっし部」のチーム名で出場する吉田・徳山・山下チーム。
Japan のウェアも揃え、入れ込みのほどが分かる。

2 時間半!の作戦タイム

話を大会に戻す。受付で SI をタイベックのバンドで手首に固定する。このバンドはレース終了まで取ってはならず、またチームメンバー全員の SI に CP の記録が残っていなければならない。そして、いよいよ 9:30 に地図が配布される。スタートは 12:00 だから、2:30 も作戦タイムがある。

SI はタイベックスのテープでメンバー全員の腕に巻き付けられる。レース終了時までこのテープを取ることはできないので、確実にメンバー全員がチェックポイントにいく必要がある。

前回ニュージーランドの時の作戦タイムは 3 時間。そんなにあってどうするのだろうと当時は思ったが、実際やってみると 3 時間でも足りない。69 個ある CP は見事なまでにエリア全体に均等にばらまかれている。見ていてもちっともアイデアは浮かばない。そこで定石通りにまとめて回れそうなエリアごとにブロック化し、その合計得点を出してみる。これまた南部と北部の一郡の得点はほぼ同じ。アプローチ途中の点数の取りやすさを考え、南部を中心に回るとざっくり測って 50km 強。最初の 8 時間が時速 5-6km、その後の 8 時間が時速 5km 弱と考えると、このループで約 12 時間かかる。ちょうどハッシュハウスに戻り補給するのにちょうどよい時間だ。そして、残りの 10 時間前後で、もう 30-35km 程度のループにいくという基本的な行動計画を作成した。もう一度他の周り方を検討するが、大きな問題はなさそうだ。だいたい、8 時間過ぎたら行動力がどうなっているかはやってみないと分からない。あまりきっちりプランを立てても意味がない。時間や疲労具合に応じていくつかのオプションが可能なのがいいプランなのだ。

スタート前に巨大地図を前にポーズを決める田島利佳

大まかな行動計画に即して装備を点検する。12 時間に対応する行動食の量を再度確認。水は途中での給水ポイントで補給可能となったので、2L 入っていたものを半分に減らす。水は重いので、1kg の軽量が可能になる。昼食代わりの軽いスナックを取って、スタートを待つ。15 分前に SI をチェックしてスタート枠に入る。今回は前回の 1.5 倍の 700 人の参加なので、なかなか圧巻だ。東欧圏の若者も多いので、スタートと同時に元気よく飛び出していくチームが多い。ここは長丁場。マイペースだ。

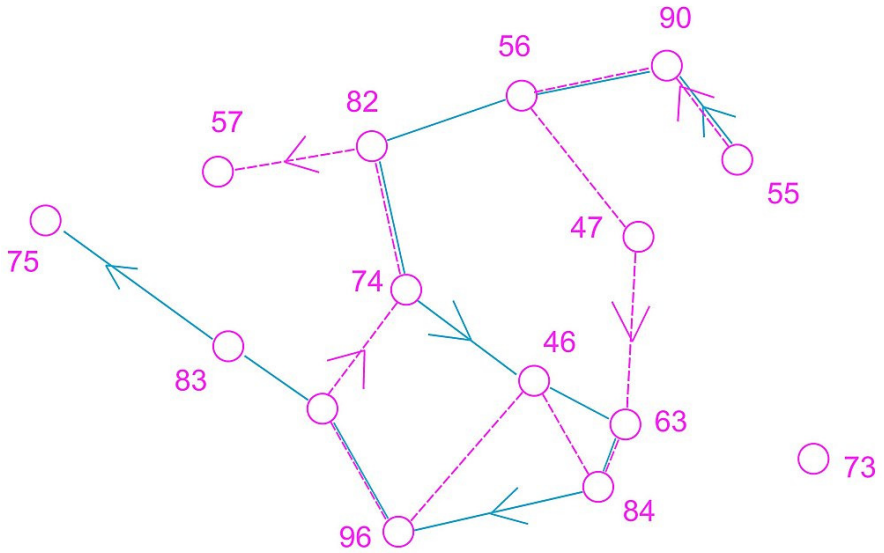
スタート直後の CP では、このようにチームが団子になることもある。一端一緒になっても違う周り方をするので、結局は別行動となる。

臨機応変なプラン変更が鍵

前回は、2 時間過ぎたあたりで、「まだ 2 時間か・・・」と思ったが、今回は過ぎゆく時間が名残惜しく感じられた。眠かったのを無理に覚醒しているか、妙に興奮が強すぎて気持ち悪かったが、体調はいい。その後 2 時間 30 分のところで給水ポイントに立ち寄る。小さな渓流の多いこの山では給水ポイントといっても天然の川だったり湧水点だったりする。あいにくこのポイントは涸れていて、ボトルが無造作に置いてあるだけ。後で寄ったポイントには何もなかったり、大雨で水が濁って使えなかったものあったというから、古き悪き時代のチェコを彷彿させた。ここまでの消費量は約 500ml。ここから先は最悪 10 時間後まで給水ができないので、たっぷり 2L 給水し、さらにりかちゃんの 500ml のボトルに水を入れて持つ。ペースが遅いので、4kg 近いザックも苦にならない。

途中、40 点の CP が他の CP から離れていて、とりに行くべきかどうかをずっと悩んでいた。このことを口にすると、りかちゃんが代替案を示してくれた。その周り方をすると、この 40 点代の CP をパスできるだけでなく、最南部で回り方の悪かった 3 つのコントロールをきれいに回ることができる。さらに近かったけれど、パスした方がよいと思っていた 80 点代の CP への展開の可能性が見えてくる。常に考えつづけていると、最初のプラン時には見えていない周り方が見えてくるのもロゲイニングの醍醐味の一つだ。

考えたルートの効率を検証するため、ロゲイナーの多くはこのようなボードにピンをうち、糸でルートの長さを検討している



数字の十の位が点数となる。たとえば 47 番は 40 点。当初考えていたのは破線も周り方。90 から 56 に向かう途中で、実線に変更した。これによって距離が遠い割に点数が 40 点と低い 47 を捨てる代わりに 82 に早めに展開することで、いきつ戻りつの観があった 63→84→46 の周りは 46→63→84 とはるかにスムースになった。また微妙な位置で気になっていた 83 も取りやすくなり、75 への展開も可能になった。

ある程度時間が経ってくるとペースも落ちるので、こんな風に写真を撮りあう余裕も出てくる。これもロゲイニングの楽しさの一つだろう。

参加者どうしの交流も魅力

6 時間強で最南部の高得点ポイントを通過。併走したアメリカ人から、「おまえ日本人か?パタゴニアに行ったのか?」と聞かれた。今年のパタゴニア・エクスペディション・レースで 2 位になったイーストウィンドのことを指しているのだろう。誇らしい気分になって、「それは友達だよ」と答えた。

8 時間近くになったところで、ニュージーランドの混合チームに追い抜かれた。登りでお互いに歩いているのだが、向こうはかなりの早歩きで、その差はどんどん開く。CP 周りの脱出で出し抜いたが、再度長い登りで追いつかれた。どうして先にいるのかいぶかしがっている。併走して話を聞くと、2 ヶ月ほど滞在して、スイスのマウンテンマラソンに出場し、3 週間後にはイタリアの長距離レースに出る。「それ、トルデジアンのことでしょ!」と話が弾む。道理で早いはずだ。レース中、こんな交流を楽しむことができるのもロゲイニングの楽しみの一つだろう。すれ違うほとんどのチームも挨拶を交わす。交流と言えば、あるコントロールでは、「おまえたち日本人か?写真を撮ってやると」と声を掛けられた。よく見ると、ロゲイニングの創始者の一人である Neil 氏のチームだった。ありがたく撮ってもらう。

ナヴィゲーション天国 フィジカル地獄

8 時間半を過ぎたあたりから本格的に暗くなり始める。アタックではこれまで以上に精密なナヴィゲーションが要求される。それは予期できていたが、ヘッドライトを付けた最初の CP である 45 では、不用意に地図の道を外れてしまい、現在地が分からなくなる。周囲を見通すことができない暗がりで、しかも地形的な特徴は全くない。一度ロストすると、精神的にもダメージを受けるし、リロケートにも時間がかかる。結局この CP は点数が低いのでスルーした。戻ってもたいしたロスではないかもしれないが、再度ミスをした時の精神的なリスクを考えての決断だ。次のコントロールはいずれにしろはっきりした尾根道に出ればいいので、現在地がはっきりしていなくても、問題ないのだし。

チェコに来る 10 日ほどまえのトランスジャパンアルプスレースの取材の下山中、右膝を痛めてしまった。針治療を受け、トレーニングも最低限にして治癒を図った。走れないこともないが、膝の奥に違和感があり、いつ故障してもおかしくない状態だ。無意識のうちに、かばっていたせいか、両脚の内転筋の張りがひどくなってきた。普段 6 時間を越えるトレーニングをしていない当然の報いだろう。早足で歩くことはできるが、走ると残り 10 時間持ちそうにない。このまま痛みが取れなかったら・・・。一度ハッシュハウスに入って、その後出て行くことができるのだろうか?

ペースを落としてとにかく脚を持たせなければ。その分、アタックは丁寧かつ慎重に。ニュージーランドの時も夜間のナヴィゲーション能力に我ながら感動したが、今回もうまくいった。500m を越える直進・歩測も確実に当たる。暗闇の中で行動したことが記憶に残らないほどスムースだった。途中周り方を増やしたことを考えると、ほぼ予定通りの午前 1 時少し前にハッシュハウスに戻ってきた。濡れた服を着替え、パスタとスープをもらって人心地を着ける。前回はここで睡眠を取らなかったのが夜明けに効いた。30 分ほど仮眠してリスタート。痛み止めのロキソニンと休憩が効いて、内転筋の痛みが治まっている。効き目はすごいが体にいいとは思えない。

リスタート後の 2 つのコントロールは、もたもたしてしまう。その後もテレインの端の約 200m の登りでかなり消耗する。相変わらずナヴィゲーションはうまくいっているが、もうあまり距離は稼げそうにない。りかちゃんと組む時はたいてい、僕の方がイケイケで、彼女が手綱を締めるパターンが多いのだが、今日は立場が逆転した。取りに行けそうな CP が見当たらないが、このままだと 1 時間以上を残して終了という、あまり嬉しくない展開になりつつあった時に、りかちゃんが取れそうなコントロールをオファーしてくれた。ペースダウンしても無理なく 40 点が取れる。その CP を拾い、内転筋と足の甲の痛みをだましだまし、小雨の中をとぼとぼと歩いて帰った。

最後は雨の中を痛い脚を引きずりながら、長い道のりを歩く羽目に。これもまたアドベンチャーの一側面だ。

成績

(総合上位 3 チームと日本からの出場チーム)

1 位 Eensaar　Eensaar (EST)　3670 点
2 位 Jäppinen, Pinola (FIN)　3650 点
3 位 Dombrovskiy,Kali (RUS)　3350 点
80 位 村越・田島　2290 点
(混合全体 21 位、
混合ベテラン 10 位)
216 位 田辺・館野　1620 点
(男子全体 115 位、
男子ベテラン 50 位)
305 位 吉田・山下・徳山 1020 点
(男子全体 154 位)

(順位は総合、男/女/混合で着けられ、さらにチーム全員が 40 歳を越えると V(ベテラン)の順位が、更に 55 歳を全員が越えると SV(スーパーベテラン)の順位がつく)。

両チームとも、ナヴィゲーションの難しさに苦労したとコメントにあるが、本格的なナヴィゲーションを含むロゲイニングが国内でほとんど体験できない中、初の海外ロゲイニングで健闘したと言えるだろう。前回ニュージーランドでは、日本からの参加は 7 チーム、今回は 3 チームとやや寂しかった。館野氏のコメントにあるように、24 時間未知の森をナヴィゲーションして走り回れる舞台として、継続的に日本からの参加があることを期待したい。

館野さんのコメント

問 1:このレースに向けての準備は?

エントリー前には過去の奥武蔵レクロゲのマップで練習して、お互いの技量を確認しあいました。その他はロゲイニングの大会での実戦参加で経験値を上げて行きました。特に富士山麓ロゲイニング 12 時間と菅平高原 24 時間ロゲイニングは長丁場でのペースと体力を把握することができ、有益なシミュレーショ ンになったと思います。またチェコの事前情報として地形図などをネットで見ることはできましたが、具体的なテレインの状況を想像できず、あまり参考にはなりませんでした。

問 2:レースを終えての感想・特に苦労したところは?

まず日本の一般的なロゲイニング大会に比べて CP の特定が大変難しいと感じました。地形の勾配は比較的なだらかでしたが、CP は藪や水路、細溝が入り組んでいるところに設置されている事が多く、夜になると藪こぎしながらのコンパス直進で劇的にナビゲーションミスが増え、時間と体力を消耗する結果になりました。もっと夜を徹した山中のナヴィゲーションの練習をしておくべきだったと思いまし た。

またルールでは CP は目の高さで大半の方向から見える位置に設置されることになっているはずですが、どう見てもそれに反する CP も多数ありました。オリエンティアの方には普通なのかもしれませんが、平均レベルのロゲイナーの我々には少し厳しい設定でした。

天候も大会前日から当日にかけて雨が降り、テントで前後泊した我々には少なからずストレスになりました。しかしエリアの大半はなだらかで藪も低く、前日の練習は素晴らしい天気に恵まれ、気持ち良いテレインを満喫しました。なにより世界各国から集まった選手と未知の東欧の森を 24 時間駆け回れるという事に酔いしれる事ができ、ロゲイニングは世界共通のスポーツの一つであるこ とを実感できたのが収穫でした。

吉田さんのコメント

問 1:このレースに向けての準備は?

チームメンバーの居住地が離れているため、基本的に個人でのトレーニングがメインでした。私自身としては、参加を決めてからは平日の会社帰りを中心に、最低でも月間 200km は走るように心がけていました。加えて、トライアスロンにも参加しました(ロゲイニングにはほとんど関係の無い競技ですね。) あまり時間の取れない他のメンバは、毎朝職場の 20 階まで駆け上がるなど、日常生活の時間を有効的に活用するように意識していた模様です。

問 2:レースを終えての感想・特に苦労したところは?

ポイントの設置場所がシビアな為、高度なナヴィゲーション能力が必要だと感じました。日本のロゲイニング(六時間)であれば、体力と技術が 7:3 くらいで要求されると感じていますが、今回のロゲは 5:5 と、どちらの能力も等しく必要とされる印象でした。国内の競技人口を増やすために取っつきやすいフォトロゲは確かに有効ですが、シビアなロゲイニングも有って然るべきだと思いました。

(村越 真)