

8月25日(日)、ミドル&スプリントのダブルヘッダーで開催された駒ヶ根大会。午後のスプリントで「山川スペシャル」のタイトルを賭けて闘った道場主が心中を明かす。

特別な選手の特別な時間

「山川スペシャル」は、山川克則氏が創始したスプリントのタイトル戦です。駒ヶ根大会以前に3回開催されており、渡辺円香選手、小林遼選手(2011年2月の第1回)、皆川美紀子選手、藤沼崇選手(2011年10月の第2回)、加納尚子選手、そして筆者(2012年5月の第3回)と、いずれも世界選手権代表経験者がタイトルを獲得してきました。

「タイトル保持者」は、次の大会では他の出場者の誰もが観戦可能な時刻にスタートします。チャンピオン以外の出場者が競技する、いわば「挑戦者決定戦」の時間帯から間を空けて、注目を浴びながら走る状況が待っています。その状況には、心地良さと共に、ある種の難しさが伴います。

結果から記すと、筆者は駒ヶ根大会で、山川スペシャルの防衛を果たしました。ここで、その時どのような難しさを感じ、どのように対処していたかを振り返っておきましょう。



多くの観戦者の目の前で、最後に前回チャンピオン・松澤がスタートしてゆく。これが山川スペシャルスプリントだ。(本文中の写真はすべて上林氏撮影)

「間」が重要

大会当日は、朝からあいにくの雨。会場周辺に雨風を凌ぐ場所があるとはいえ、2本のレース(午前のミドルと午後のスプリント)の前後と合間の長い時間を屋外で過ごすことを強いられた参加者たちの中では、「1本目で濡れているし、2本目、気が乗らないなあ」という声も挙がっていました。

単日で2本のコースを走るレースでは、1本目と2本目の間の時間帯をいかに過ごすかが勝負に大きく影響します。筆者はこの日、単身レンタカーで会場入りしていました。前夜に出発し、朝に到着。途中にあった「道の駅」の休憩室(畳敷き)で4時間横になり、体を休めましたが、睡眠不足は否めませんでした。2本目のスタート時刻が14時30分と遅かった(9時台スタートの1本目のフィニッシュから4時間ほどあった)こともあり、合間に仮眠を取ることとしました。

一般論として、1本目と2本目の間に眠ってしまうと、頭と体のスイッチが切れてしまい、2本目に向けての起動が難しくなります。リラックスしつつも、完全にスイッチを切らず、すぐに臨戦態勢に戻れるように待機しておくのが理想です。しかし、この日は睡眠不足の解消を図った方が頭の冴えや体の切れにつながると判断し、(また、帰りの運転が気になることもあり)迷わず眠ることとしました。外では愛知県選手団合宿参加者と日本代表選手を中心に

基礎練習が行われており、普段ならお付き合いたいところでしたが、回復のための休養に徹しました。

高まる不安と期待

昼間にずっと外にいた参加者の中には「寒い」と言っている人もいました。結果論では、車の中でジッとしていた判断は良かったようです。

午後のスプリントが始まり、自ずと競技中の選手も目に入ります。競技後の選手の言葉も聞こえてきます。もちろん、お互い心得たもので、コースに関わる直接的で具体的な内容は自主規制していますが、「スピードを出そうとするや否やミスをした」「ぬかるみがひどく、滑って転んだ」といった情報は繰り返し耳に飛び込んできました。

有力選手のミスが多いことから、コントロール位置は難しめだと推測されました。「スプリントマップで短めのミドルを走る」と考えた方が良さそうでした。スタート時刻が遅いため、トレイン内の人の流れやコントロール位置で立ち止まっている人の姿もないでしょう。多数の「滑って転んだ」という証言と、降り続く雨を考慮しても、「チャンピオンの競技時間帯は不利かもしれない」と感じました。

ただ、聞こえたのは自分と同じコースの人の声ばかりではありません。この日は、男子最上級クラスも参加者多数につき2組に分かれていました。滑

る場所も、現地をよく観察して足場を選べば、すなわち良いマイクロルートチョイスをすれば、回避できるかもしれません。「先入観を持たず、かつコースへの警戒心と好奇心を忘れない」ように心掛けました。もう一つ、「二度と味わえないかもしれない、チャンピオンとしてスタートを待つこの状況を、目いっぱい堪能する」ことも強く意識しました。



気合もろともフィニッシュへの芝生を駆け下る松澤俊行
圧倒的なスピードで優勝。
初めてタイトルを防衛した。

コースが引き出す集中力

スタート枠では、いつものように「地図を広く見る（有効な迂回路を見逃さない）」、「ルートを決め切って走る（プランが曖昧なまま走り出さない）」、「顔を上げる（せつかく視界に入っている情報を見落とさない）」、「序盤はチェックを多めにする（早々とミスをしてリズムを崩さない）」といった点を心掛けました。（これは、スプリントの世界チャンピオンがインタビューで答えていたことを参考にしています。スプリントだけではなく、他の種目にも有効な教訓です。）いざ、地図を裏返してみると、序盤の回し方は予想通り。でも、気を抜くとコントロール位置に辿り着けないと感じました。

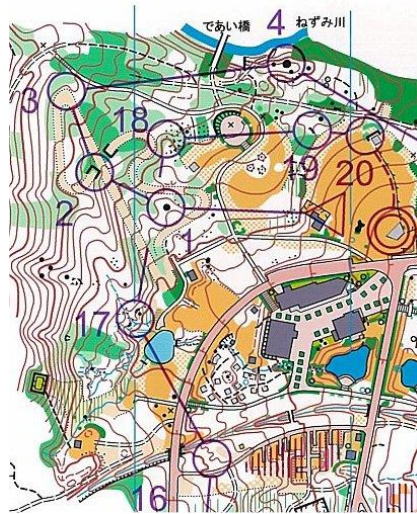
「体に乳酸がたまっていない内に少しでもスピードを出しておく」ことより、「脳の酸素が足りている内に地図を読んで判断する癖を付けておく」ことが重要です。自滅による脱落を避け、少しでも早くリズムをつかむ。何とかそんなゲームプラン通りに序盤を進めました。

コースの全容を把握する内に、中終

盤の回し方は意外（ログハウス群を縫いながら進むレグが続くものと考えていた）で、1レグ1レグコントロール位置まで気を抜けない、と感じられてきました。この日は、そう察知できたことが集中につながり、実際に気を抜かずに走り通すことができたように思います。

最終コントロールを目指し、会場の広場へ飛び込んでみると、優勝できそうなタイムが読み上げられていました。…が、聞き間違いやトップタイムの記憶違いかもしれません。秒差で敗れる可能性は常にあるので、必死にフィニッシュへ駆け込みました。聞き間違いや記憶違いはなく（ペナルティもなく）、優勝が決定したと分かった時は達成感と充実感がこみ上げました。

振り返ってみれば、トレイン内に「信頼できない人の流れ」が生まれたり、「コントロールではない場所で立ち止まる人」がいたりしそうなコースでしたから、時間を空けての最終スタートは、不利どころか有利だったのかもしれませんが、最初から有利だと考えていたら、この日のような集中はできなかったかもしれない、とも思っています。



勝負の場となった駒ヶ根高原家族旅行村。
1/2/3番コントロールがあるあたり、数年前まではサマーポプスレーコースだった。



「山スペ」初代防衛者となった松澤とインタビューする山川克則氏。
圧倒的な差での勝利に観客からも拍手

防衛はチャレンジ

山川克則氏は、「山川スペシャル」について、このように強調されています。

「防衛してこそ、防衛を重ねてこそ、本当の価値あるチャンピオンであるという位置づけの大会を目指しています」。

光栄なことに、筆者は初めて防衛を果たしたチャンピオンとなり、そして初めて防衛を重ねるチャンスを得たチャンピオンとなりました。次の防衛戦は全日本リレー前日。チャンスを活かすべく、チャレンジする意欲を持ち続けたいと思います。

（松澤俊行）

松澤俊行プロフィール

1972年静岡県生まれ。この秋以降も積極的な大会出場を続ける予定。12月14日（土）に、山川スペシャルスプリントの次の防衛戦を控える。