

## FINISHERS VOICE

### 松岡佐知さん

[32歳 京都府在住 トレイルラン歴2年]

#### 下りでは飛んでいるような気分を味わえた

今大会は私にとって2回目のレースでした。全般的に下りがとても走りやすく、気持ち良かったです。辛かったのは終盤のきつい上りが続くところ。ゴールまであと3kmなのに、なんでエイドが? と思っていたら、これが待っていたんですね(笑)。エイドがある意味がよくわかりました(笑)。一番印象的だったのは最初の下りでしょうか。飛んでいるような気分を味わうことができました。大会の雰囲気もすごく良かったです。地元の方の応援が温かくて、走っていて力をもらえました。

私は10年ほど前までは陸上競技をしていたものの、今はトレーニングと言えるようなことはしてません。週に1、2度、ロードを5kmほど走る程度です。だからタイムはまるで気にしてなくて、今日は3時間30分くらいかけて楽しかったです。以前住んでいたところは海に近く、そこでカヌーといったアウトドアスポーツをしていたんですが、その頃ですね、トレイルランに出合ったのは、根っからのアウトドアスポーツ好きなので、すぐにトレイルランの世界にも入って行きました。日常をすっかり忘れさせてくれるのがトレイルランの魅力でしょうか。目標ですか? 走っていて本当に楽しいので、これからもケガをしないように、10年、20年と長く続けていければと思っています。



右=楡橋さん、  
左=戸谷さん

### 楡橋利江子さん

[28歳 神奈川県在住 トレイルラン歴1年]

#### ケガすることなく完走できたのが嬉しい

今日のタイムは2時間50分。目標にしていた3時間を切ることで嬉しかったです。

ただもっと嬉しかったのは、ケガすることなく完走できたこと。昨年「武田の杜トレイルランニングレース」(石川弘樹プロデュース、山梨県甲府市)に出たところ、これが私にとって初レースだったんですが、ヒザを痛めてしまって……。全く走れなかっただけに、2回目のレースで無事にゴールできたのが一番の収穫ですね。

きつかったのは終盤の川を越えてからの上り。あそこは「鬼」だと思いましたね(笑)石川さんやったなと(笑)これが待っているとわかっていたら、その手前のエイドでもっとゆっくり休めばよかったです。柿を2切れさっと食べて、すぐに走り出したので、気持ち良かったのはそのエイドの前の下りです。そこで飛ばし過ぎて足が張ってしまったのが、あの上りで苦戦した要因にもなったんですけど(苦笑)。印象に残っているのはスタートしてすぐに行った「お伊勢」ならではの町並み、それと伊勢湾が一望できる朝熊山山頂付近の絶景ポイントです。少し立ち止まって写真を撮ればよかったです。はるばる神奈川から参加した甲斐があったと満足しています。

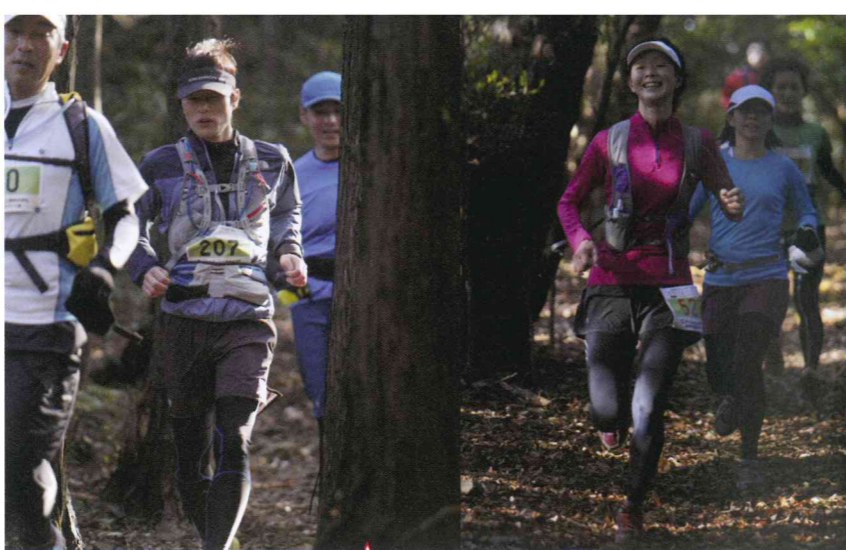
### 戸谷俊介さん

[29歳 愛知県在住 トレイルラン歴1年]

#### 「お伊勢」らしい雰囲気も堪能できた

今日のコースの中で印象的だったのは、スタート直後に通った(伊勢神宮内宮の前の)「おはらい町」のところ。山の中だけでなく、「お伊勢」らしい雰囲気の中を走れて良かったです。えっ、彼女(楡橋さん)も同じことを言っていましたか? かぶっちゃいましたね(笑)。きつかったのは17km地点のエイドのすぐ後の、川を越えるポイントでしょうか。しっかり濡れてしまいましたが(笑)、あれはあれでトレイルランの醍醐味だと思います。昨日雨が降ったため、路面がややスリッピーで、滑ってこけてしまった箇所もありましたが、晴天だったので、木と木の間に差し込む日差しも気持ち良く、全体を通して楽しく走れました。タイムは2時間26分でした。

トレイルランを始めたのは彼女から誘われたからです。まだ1年くらいですが、今大会が4レース目になります。僕はトライアスロンを2年ほどやっているんですが、あまり高低差がないところを走るトライアスロンにはない下りのスリルを味わえる。そこが面白いですね。険しい崖ではひよっとしたら命を落とすのではと思います。これからの目標ですか? いつか表彰台に立つことです。あっ、大風呂敷広げちゃいましたね(笑)。



## 大会 DATA

開催日: 2012年12月16日

会場: 伊勢の森/朝熊山

種目: 20km

最大標高差: 545m



## 残り3km過ぎにタフなポイントが

朝熊山山頂展望台から戻る感じで始まったレース後半は主に下りの戦いとなった。つんのめりそうになるほどと斜面が大きなところ、道幅が狭いところ、岩場になっているところがレース参加者を待ち構えている。だが本場にタフなポイントは第2エイドステーションの後に設定されていた。第2エイドがあったのは17km地点。ゴールまであと3kmのところだ。たどり着いた時はなぜと3kmのところにエイドがあるのか考えもせず、ここでいただいた一口大のアンダーナッツや黒糖、そして熱いスープを体に染み込ませながら、「ここまで来たならゴールしたのも同然」と呑気に構えていた。ところが……。エイドで少しゆっくりしてからコースに戻る、いきなり水場が待っていた。川越えである。川幅はさほど広くなかったが、なんと濡れずに越えようと試みるも、そうはいかずすぐにシューズの中でびしょ濡れ。だがこれもトレイルランの醍醐味である。川越えの次は急斜面の上りだ。角度にすると80度くらいありそう。あらかじめ備え付けられていたロープなどは到底登れない。ここをなんとか上り切ると、今度は延々何百メートルも続く斜面のきつい上りだ。そしてここでハタと気付け。あと3km地点のところにエイドがあった理由を……しっかり給水と給食をしておいて正解だった(引)わけだ。ここをなんとか上り切ると、ボランティアの方から「もう上りはありませんよ」という嬉しい言葉が。ゴールまであとひと踏ん張りだ。20kmと距離は短めだったものの、コースにはいろいろな要素が織り込まれ、まるで遊園地のアトラクションの中を走っているようだった。「伊勢の森トレイルランニングレース」は今年第2回が行われる予定。走るのもっと伊勢が好きになる。そんな大会だ。



コース終盤には川越えが待っていた

第2エイドでは疲れをいやすアンダーナッツや黒糖などが用意されていた

朝熊山山頂付近からの絶景を楽しむランナーたち

スタートしてすぐ伊勢の名所・おはらい町を通る

## 伊勢志摩を代表する霊山を走る

「伊勢の森トレイルランニングレース」という大会名称を初めて聞いた時、真っ先に思い浮かべたのが「伊勢神宮」だった。伊勢といえば、今も昔も多くの人がお参りする「伊勢神宮」。「伊勢の森」を走ればきつと何か「利益」があるに違いない……ついそんなことを考えてしまった。「利益はともかく、調べてみると大会のメインコースとなっている朝熊山(あさくまやま)ではななく、「あさくまやま」と読む)は、伊勢志摩国立公園の中に位置し、日本百景に選定されていることに加え、伊勢志摩を代表する霊山ということがわかった。日本史の教科書で習った(伊)あの空海が、この朝熊山に金剛證寺を建立(真言宗+空海+金剛證寺と暗記した方も多いのでは)、これが室町時代には伊勢信仰と結び付き、「伊勢へ参らば朝熊を駆けよ、朝熊駆けねば片参り」とされ、入山者が増えたといい。スタート地点に設置された横断幕には「お伊勢参らば朝熊を駆けよ」という言葉が躍り、参加者を鼓舞していた。プロトレイルランナーの石川弘樹さんがプロデュースしたコースには、伊勢ならではのスポットがいくつもあった。たとえばスタートしてすぐに向かった「おはらい町」。ここは伊勢神宮の鳥居前町として江戸時代から栄え、今も多くの観光客で賑わう伊勢の名所だ。全長800mほどの「伊勢おはらい町通り」をはさみ形で両側に広がり、「伊勢おはらい町通り」の沿道には伊勢うどんなどのお店や、伊勢茶などを販売する土産物店が軒を連ねる。どの屋根も昭和30年代頃には主流だった山型の形状をしていて風情もある。トレイルのレースでありながら、こうした山並みを進むのは嬉しい。ランナーが通過した時間帯はまだ観光客の姿はなく、通りはガラガラとしていたが、お店の軒先からは「おはちゃん」たちの「がんばって」という温かい声援が聞こえた。参加者は気持ちよく「伊勢おはらい町通り」を往復し、いざ標高555mの朝熊山へと向かった。

この日はまさに抜けるような快晴。12月中旬にしては気温も高く、朝熊山に入った頃にはすでにウエアが汗はむほほ。レース前半はどこまでも上りが続いた。前日深夜まで降った雨の影響でややぬかるんでいる路面に気をつけながら、まずはひたすら山頂を目指す。7kmほど走って山頂付近に達すると、眼下に伊勢湾が広がった。海は空と同じ青色をしていて美しく、ここまでたどり着いた者への褒美かのよう。ランナーたちは思わず足を止め、景観に見入っていた。

斜面がきつい登山道をクリアしてほどなく、10km地点にある朝熊山山頂展望台に設置されていた第1エイドステーションに着く。この展望台からの眺望も素晴らしい。北東方向には神島・答志島といった鳥羽市の離島のほか、伊勢湾対岸の渥美半島の姿も。真冬のよく晴れた日は富士山も見えるという。また初日の出の名所としても知られ、毎年大晦日にはたくさんの方が訪れる。ここもまた伊勢ならではのスポットだ。