

Yahoo!ジオシティーズサービス終了のお知らせ

[シャンプーを替えるだけ？](#)

hcs-sastty.com

初回限定1本1,000円OFF♪髪をいたわり染める白髪ケア

Ads by Yahoo! JAPAN



◎ 最長6時間予測
 📍 雨雲接近を通知
 📱 ウィジェット対応
 Yahoo!天気アプリの雨雲レーダー >

みんなが速いのか旅がらすが遅いのか
 多分両方

2007年カモシカマラソン

大会名	大会距離	走行距離	主催者		
第11回カモシカマラソン	100km	100km	カモシカマラソン実行委員会(協力:武蔵ウルトラマラソンクラブ)		
スタート	2007/6/16 6:00	民宿さとじ前	定刻スタート		順位
ゴール関門	2007/6/17 6:00	民宿さとじ前	16日23時46分21秒ゴール	17時間46分21秒	忘れた

コース(標高) 三峰口(310m)民宿さとじ前～秩父湖(550m)～大峰山ハイキング道(登山道6.3km)～大峰山(1,062m)～山の神峠～白泰尾根登山道口(1,120m)(登山道22.8km)～十文字峠(2,020m)～三国峠～三国山(1,849m)～(未舗装道18.3km)ふれあいの森「こまどり荘(750m)～大滝道の駅～三峰口(310m)民宿さとじ前

今年もカモシカマラソンに

山が大好きだった(過去形)旅がらすにとって、カモシカマラソンは楽しみな大会。今回も3月に案内が来たら速攻申し込み、ペアは例によっては～さんと。4、5月で走りこみ充分、問題はペースだからこの大会で刺激を入れて、秋に臨むという作戦。でも、もともと遅かったのが列島縦断一人旅でますます遅い癖がついて、こちよいのは巡航速度時速5キロ。走ってるつもりでもキロ10分。困ったことだ。作戦はどこへやら、完走だけをなんとかめざそうという気持ちに。

金曜の昼、庭の手入れ中、「蜂にさされたかもしれない」ハプニング。あわやDNS。でも蜂ではなかった

ようだ。よかった、出場できる。車で三峰口の民宿さとじに向かう。1時間20分で到着。ここにくると、みんなに会える、宿も何度も来ていて懐かしくほっとする。山の標準タイム、コースの距離(いつもより短い)、山もロードもシンプルだし、時間内完走できそうなので緊張感なく前夜をすごせた。

みんな、速すぎるよ～

朝、5時と5時半の繰上げスタートも認められているので周りは早くから起きていたみたい。ずーずーしくいつまでも寝ていて、朝食は最後の1皿だった。5時半のスタートを見送りに行くと、大勢集まっていて、え～？みんな5時半に出ちゃうの？ちょっとあせる。それでも半分以上のチームは定刻に残っていたかな。

スタートしたら、みんな速い速い。心肺マックス、全速力で走らないと取り残される。昨日車で通った道で平和橋をわたり、140号に出て三峰口駅入り口を通過、大血川林道入り口、大輪(ロープウェイ入り口)、大滝の湯前、あっという間に雁坂トンネル方面との分岐。必死で走っているのに地図も見れないから距離がわからない。どんなに頑張ってもどん尻だ。7:45秩父湖駒が滝トンネル手前の駐車場で、車椅子用トイレに入って地図を見た。ここは17キロ地点。うわ～、こりゃ、きついはずだ。みんなが速すぎる。上り坂、荷物がついでキロ6分ちょっと。湖岸道路と旧道が分岐してからは上りもきつくなり、歩きを交えてCP1福留神社に。18キロで2時間ちょうどだ。これは旅がらすにとって大変なスピード練習。

みんな道間違ったので追いついた

いきなりのスピード練習で消耗し、山に入っても飛ばず元気はない。ハイキングコースにしては陰しく荒れた道をヒューヒュー登って行く。ピークに着くと、下に建物が見えた。あっちのほうに行けばエイドかな。左手に赤テープと道が見えたが、みんなは建物めがけて正面の赤テープの間から木の根が出た荒れた斜面を下って行く。少し降りてみたが建物に近づかないし、絶対違うよ～と引きかえし、左手の道を確認。相方のは～さんと呼んで軌道修正。第2CP、大滝元気プラザ20.0kmには、さっきの地点で下まで降りてしまった先頭集団はじめ、一斉に到着。8:36。サンドイッチや飲み物のエイドがあり、大賑わい。暑いので飲み物もたっぷり摂って、出発。

ほぼ集団のままCP3山の神峠24.2kmを9:23に、CP4白泰尾根登山口26.7kmを9:50に通過。アーリースタートの何チームかもここまで合流。

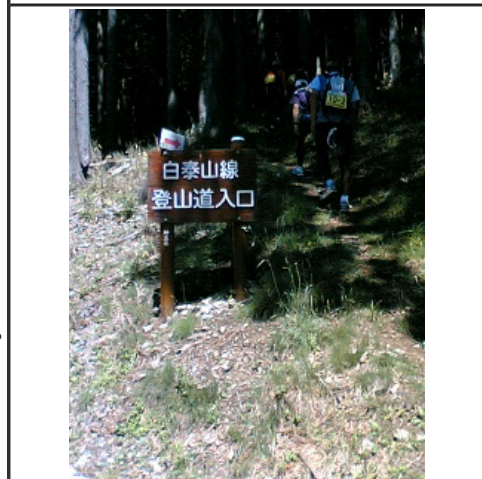
こんなに険しかったかなあ



スタート前



大滝元気プラザエイド



登山口から十文字峠までは長い長い上り。途中、エイドもない。もちろんコンビニも店もない(笑)。このルートは過去2回カモシカマラソンで使っている。初大会のとき、けっこうハイテンションですいすい登って苦労した記憶はない。次にここを通った大会のときは、体調不良で息切れがして、5時間くらいかかってやっと峠に。梓山に降りたらすぐ日が暮れてしまった。小諸までの長い長い道、たどり着くことができず、夜通し歩いて始発電車に乗ってリタイア。でも、陰しかったとか、怖い場所があったという記憶はない。

登りだしてももなく、相方と分かれたジョイナーが追いついてきた。相方も強いはずだが連ちゃんて体調不良らしい。ジョイナーにひっぱられて前回よりはずっと良いペースで登り、白泰山頂分岐を意外と早く通過したが、その先、ずいぶん道が荒れている。細いトラバース区間が多く、小さいけど岩場の下りも。岩場でビビっていたら、ジョイナーがいきなり「ここ、可愛いね」と。あまりのタイミングに今回の名言(迷言?)に。きれいな花が咲いていて、白い岩に良く映えていたのだ。その後、岩場や怖いところがあるたびに「可愛いね!」。過去2回、この登りで怖いところ、不安な箇所はなかったけどなあ。巻き道で尾根がどんどん上に離れて行くと、ほんとにこれで良かったかな、分岐なかったよね、と心配になってしまう。前後するチームの声がしてほっとする。(すぐに走行記書かなかったら、どこで誰と会ったか混乱しまった。)三里観音を見落としたので、どのへんまで来ているかもわからない。12時過ぎたので座れる場所探して、持参のパン食べ休憩。だいぶヨシてきて、いいかげん登りが終わってほしい。やわらかい路面を歩いているのに、スネの前面に痛みがきた。

今年もシャクナゲが美しい

説明会で奥秩父林道との合流点の話が出ていたが、過去2回、そんな上のほうに林道があった記憶がない。それとわかる場所に着いたが、なるほど、車が通れるような状態ではないので、林道とは思わなかったのだ。水場には寄らずに峠をめざす。このへんからはシャクナゲが満開。今年が今までで一番美しいんじゃないかな。枯れた花が少なく、色が鮮やかだ。

やっと十文字峠に着いた。13:31、ここはCP5、41.3km地点だ。シャクナゲに囲まれた丸太の十文字小屋の前には、担ぎ上げたカップ麺やフルーツ、飲み物たくさんの大エイド。shirubeさんチーム、シゲさんチームほか大勢合流。shirubeさんチームが出発。後を追うわけじゃないけど、私たち3人も出発。

小さいが陰しいアップダウン



十文字峠付近はしゃくなげが満開



十文字小屋、ボッカしての大エイドに感謝



三国山頂。手前に影が入ってしまった

ここまでで標高的には登りきっているから、もう楽かなと思うと大間違い。小さいが急なアップダウンがいくつも続く。岩場もあるし、崩れそうなトラバースもある。単独で下見になってこなくてよかった。滑って怪我したら大変。すると途中でニセコさんが転んで肩を脱臼したところに遭遇。タオルを切っては～さんがとりあえずの固定をしたが、痛そうで気の毒。木や岩につかまりながらのアップダウン、片手で乗り切れるのかな。でも車の入るところまでは自力で脱出するしかない。あらためて山の怖さを感じた。いつも、誰も来ないような山を誰も来ないような時にろくに食料も持たず防寒具も持たず単独で走っているけど、転んで捻挫や脱臼、最悪骨折なんかして動けなくなったらどうしよう。だからといって同行者を探していたら、山を走る機会なんでもっとなくなってしまう。



三国峠エイド



さとじの裏に広がるソバ畑

三国山往復

元気なジョイナーにひっぱられて登り下り。左下に電波関係？の建物が見え、車道に出て三国峠に。ここはおいしいカレーのエイド。ビールもあるが、お預け。先頭のF原さんたちはもう下山したあとだが、三国山への往復を終えたトモコさんチームなど大勢いて賑やかだ。三国山への入り口で、往復を終えた順子さんチームとすれ違った。登りの途中ではK畑さんTさんと。山頂ではshirubeさんとマックが携帯で遊んでいた。CP6、48.7km、15:57着。3つの岩場を越えてきて下りが不安だったが、なんとすることもなく下れた。さあ、ビール！CP7復路三国峠49.5km、16:12着。

またスピード練習

もう山道は終わり。石ゴロゴロの林道なので、初めのうちはジョイナーもそう飛ばさなかった。天下国家を論じながら走っていたが、だんだんペースアップ。CP8までは明るいうちに着きたいので必死でついて行く。距離が頭に入っていないし、地図を見る余裕もないので、もうちょっとかなあと思いながら。川の道でここを走ったは～さんも、あとどれくらいか言ってくれないし。もっとも事実を言われたらもっと早くあきらめてしまったと思う。長い長い林道が終わり、舗装になったらジョイナーさらにペースアップ。もう無理だ。

一人になったら時速6キロ

18:39、CP8森林科学館67.8kmに到着。左スネ前面に激痛が走った。でも一瞬だけで消えた。よかった～。ジョイナーにゴール後

の缶チューハイの用意を頼み、は～さんに先に行ってもらい一人になったら、走っても走っても時速6キロ。CP9中津川大橋78.9kmを20:39通過。ゴールまでにshirubeさんチーム、Tさんチーム、計5チームに抜かれた。でも日付が変わる前にゴールしたいと思ったので81.7kmのエイドはお茶だけですませ、頑張る姿勢を残した。往路の分岐、大滝の湯、大輪、大血川分岐、強石、三峰口、なじみの道だ。日付の変わらないうちに、をめざしてラストスパート、といっても時速7キロ(笑)。右折する信号までは長かったが、平和橋を渡ってからは意外とあっけなくさとし着。100.0km、23:46:21だった。

酒盛り、温泉、温泉、宴会

ゴール後は、やっぱりこれがなくちゃね！でもそんなことしてるうちに寝る部屋なくなり、トイレの前の廊下にやっと場所確保。夜中、パパさんたちが時間内完走し喜んでる声が聞こえた。やったね！朝、いい天気。札所30番にパパさんと散歩。また温泉入って、宴会。

いい刺激になった

4月5月、ひたすら途中で壊れないようにを心がけ、楽なペース、無理のない距離で走り続けたので、ますます遅くなっていることはやってみなくてもわかっていた。一人ではキロ7分、いや8分でも出せない。周囲にひっぱられて時速9キロで約2時間の「スピード練習」を2本やることができた。9月までに、81.5kmを9時間半で走れるようにならなければならない。フルが5時間で走れないことの多い旅がらすにとって、かなりの無理難題。でも、やってみよう。

野良仕事の忙しい時期、走る時間は限られている。毎年走行距離大幅減。ペースを上げて距離をこなそう。この大会を走ってそう決心できた。(追:でも、実行していません)

[からっ風の丘からHOMEへ](#)

[飛べ旅がらすTOPへ](#)

[からっ風の丘からTEXT版HOMEへ](#)

[飛べ旅がらすTEXT版TOPへ](#)