

武甲山トレイルラン

蠣崎 まな美

「武甲山トレイルラン」。タフで走り応えのあるコースを堪能しました。

体力作り、練習の一環として出場するようになった山岳レース、当時はトレイルランという言い方もしていなかったし、ロードやトラックの仲間に話しても、何それ？と相手にしてもらえないことが多かったように思います。スポーツエイドの大会に出場するようになり、都心から近くて、こんなに良いところがあるのだと、奥武蔵が大好きになりました。そして、思い立っては一人ぶらりと奥武蔵、秩父、奥多摩方面の山へ出かけるようになりました。そういうときはRUNではなく、もっぱら『山歩き』を楽しみます。

今回の武甲山～小持～大持は数年前に初めて行ったときにとっても気に入って大好きになったルートです。秋晴れに紅葉がきれいだったこと、小持、大持がひっそりとして清澄だったこと、そこから見た武甲山がいつも見ている痛々しい姿とはまるで違い、雄大でどっしりとしてなんてやさしい姿なのだろうと感動したこと……。

この大好きなルートに、これまたお気に入りの琴平丘陵までついているのです。迷わず申し込みました。……が大きな問題が。そう、レースなのですよね。気ままに歩いて景色を楽しんだり、好きなところでのんびり休憩ってわけにはいかないのですよね。それに岩を越えたり、狭く切れているところとか急坂とか、結構怖いところがあったはず。なまじ知っているだけにレースとして走れるのかと心配になりました。というわけで初めて試走というものをしてみました。それも駆け込み1週間前に。走るのだぞと勢い込んでみただけで、琴平丘陵だけでくたびれてしまい橋立堂からはもっぱら歩き。こちら側から登るのは初めてだけど、こんなにキツかったかしら？もっと楽しく登っていたはずなのに……練習してないから仕方ないけれど、こんなに体力が落ちてしまったか……などと思いながら、レースの試走（結局レース当日も歩き通したのですが）と思うと妙に構えてしまって、いつもより距離も歩いていないのにくたびれてしまいました。小雨模様で武甲山頂以外はほとんど人にも会わず景色も何も見えなかったし、山を独り占めできて気持ち良かったけど、ちょっと寂しいような気もしました。

そんなこんなで疲れが残ったままレース当日となりました。どっちみち疲れていなくても走れないのだから同じですが。快晴で暑くなりそうだったので、ハイドレーションに多めに水を持ちました。何も持たないランナーも多くいて少し驚きました。本格的な山のレースです。それに山中のエイドで何杯も頂くわけにもいかないよね。それとも私が慎重すぎるの？

琴平丘陵でウォーミングアップ（ちょっと慎重すぎたかな）、大淵寺で一息ついて、あとは登山口まで林道を登って……と思っていたら、案内にはなかった橋立堂に思いがけず賑やかなエイドが出ていました。地元の私設エイドだったのかな？嬉しい驚きで元気がでました。山登りは得意なので淡々と同じペースで歩を進め、頂上を折り返してから苦手の下り、脚に嫌な予感が……。そしてシラジクボのエイド！！あんなところに何百人分もの飲みものを用意するのはとても大変なことと思います。伊豆ガ岳、棒ノ嶺、雁坂などでもいつも山頂にたくさんの飲み物や食べ物、そしてスタッフの笑顔があって、最高にランナーに優しい大会です。ランナーが自分で準備していくべきものなのだと思います。つい甘えてしまいます。ありがとうございます。まさにオアシス、心から感謝しております。

武甲山の下りからはモモ裏、ふくらはぎ、土ふまず、足指、胸まで、いろんなところが笑っちゃうくらいかわりばんこにつけてしまい、何度も固まったまま動けなくなりました。ナトリウム不足だったのかしら？こんな初めて。声をかけてくださったランナーの皆さま、ありがとうございます。小持・大持から武甲山を振り返る余裕もなく、最後のロードも恐る恐るでほとんど走れませんでした。なんとかゴールすることができました。でも終わってみれば筋肉痛はあまりなくて、そりゃそうよね、走ってないものね。

レースという意味では結果は良くありませんでしたが、今の私にはこうして元気に山を走り回れること、無事ゴールできることがなにより幸せなことと感じます。それに山はガツガツ走るのではなくて、自分のペースで楽しむ方が私には合っているみたいです（ちょっと負け惜しみ？）。山に行くと考えがとてもシンプルになれます。そんな時間をこれからも大切に、ときどきはレースで走ってみようと思います。