

30km・二日間完歩

1月10・11日「第11回下田水仙ツデーマーチ」に参加した。初めての公式大会参加である。北海道、九州の全国から二日間、1600人の参加があった。

<1日目>

初めての大会参加で受付方法もよく分からなかった。所属の伊豆歩倶楽部の役員におそわった。リックにゼッケンを張った。はじめての挑戦で歩けるか不安があったが、コースは二日間とも30kmと記載した。もう逃げられない。ガンバって歩くしかない。



ショートトラック元五輪代表の勅使川原郁恵さんがストレッチ体操をした。檄は伊豆歩の仲間が全国に向けて強力な檄を飛ばした。

スタート時点では無謀にも先頭集団についた。スタート、中間点、ゴールでスタンプをもらい完歩の証明にする。スタート時点では混乱するのでシールであった。

大会旗を先頭に歩き出す。下田駅前に向けて漁港を歩く。こちら辺は信号機があるので止まりまだ差がでない。下田駅を過ぎ、大会旗も離れて裏道に入るとたんに先頭のスピードが上がった。私にとっては走るようなスピードであった。自由歩行なので先頭集団は争っていた。2kmぐらで私は無謀な挑戦はやめた。



とにかく完歩することが最優先である。タライ岬の登りはきかった。両膝を押さえながら登った。その先の海はきれいだった。

とにかく歩く。ひたすら歩く。ただ歩くだけ。それ以外になにもない。ゴールにたど

り着くまで歩く。左足が痛くなる。どんどんスピードが落ちていく。つぎつぎに抜かされていく。それでも抜いていく人の後を無理に付いていく。そうしないと気力が湧かない。初めての30km、予想以上に厳しいものであった。



無事、完歩。感動、よく歩けたものだ。

5時間20分。43209歩。

締め切り時間は16時の予定であったが、最終の人がゴールしたのは、17時であった。

ゴール後は足を引きずりながら歩いていた。自分で入念にストレッチをした。明日の30kmが心配である。

それでもこの後、伊豆歩倶楽部の新年会が行われた。これがまた楽しいのである。21時まで宴会が続く。

<2日目>

起きたときから足が痛い。左の股関節が特にいたい。今日歩けるのか心配。家の周りを歩いてみる。元気には歩けない。足を引きづっている。



歩けるところまで歩こう。とにかく30km完歩をめざして出発である。ゆっくりでいいから歩き通そう。一人黙々と歩く。はじめからまん中ほどで歩く。下田から白浜に向けて行く。白浜から山道を下田に帰る。寝姿山の登りはきつい。大丈夫かと自分でも心配になる。また抜かされる。最後尾の人が見えている。まだまだ半分にもいかない。とにかくじっとガマンをして歩く。自分の意志、足の痛みとの戦いである。



頂上から眺める海は最高、きれい。休憩など取らない、歩きながら眺めるだけ。



ウォーキングの時には途中休憩などしない。昼食時少し休むだけ。あとは後は歩き続けるだけ。

昼食時の豚汁のサービスはおいしかった。地元の女性ボランティアのサービスで

ある。ありがたいことである。特大鍋で三回煮出しているということである。

800人に振る舞うにはそれだけないと足りないのである。10分の昼食ですぐ出発。少しでも先を急がなくては、



爪木崎を眺める海もきれいだった。だが景色を眺めている余裕はない。痛い足を
だましながらとにかくゴールにたどり着かなくては。今度は右の足裏が痛くなる。
歩幅も狭まる。歯をくいしばって歩く。考えているのはゴールに無事たどり着くこと
だけ。

ゆっくり歩く。歩く。その先にゴールがある。

5時間30分無事到着。やったー。42837歩。二日間完歩である。

その晩は、何十年ぶりかで運動した疲れで入眠した。気持ちのいい疲れだった。

今年は、いっぱい歩くことに挑戦したいと思っている。とにかく歩くことは気持ちのいいことである。歩くぞー。