



日時: 2015 5/16 05:00 - 2015 5/17 ~15:00 (DNF)

気候: 初日弱雨ときどき土砂降りのち午後曇り、翌日快晴一部曇りの酷暑。気温 10~30 度

装備: 半袖ジャージ、袖なしインナー、夏用アームカバー、指切グローブ、
 ハーフパンツ、ビブショーツ、パッドなしタイツ、両膝サポーター、靴下
 +雨セット: レインウェア上下、靴カバー
 +宿セット: 半袖インナー、靴下、下着

無念の DNF をいたしました。DNF に至るまでの過程をレポートします(上の GPS ログは一周していますが、それは電車移動分です…)

スタート



スタート日は雨、それも予報よりも早く大きく崩れたようで、家を出た後に雨装備を途中で慌てて着けるという慌ただしい朝で始まりました。

←写真だとよくわかりませんが、土砂降りです。見返すと最初からずぶ濡れ覚悟で進む人、万全の防水処理の人など下半身の戦略が皆さん結構違いますね。

この調子で真鶴あたりまで濡れ濡れ進行です。

クイズポイント



西東京ブルベでおなじみの江の島駅前広場のクイズポイントです。果たして写真にクイズの答えは入っているのでしょうか？

このあたりでは雨が(一度)弱くなり、

「西に進んで雨雲と早くすれ違おう！」

と再出発。

ホテルニューアカオから(トンネル迂回ルート)



弱降り→ほのかな希望→土砂降り→希望粉碎のループが終わらないまま真鶴まで来ましたが、熱海で雨も上がり、希望の光(写真奥)も見えてきました。

濡れ鼠だと店も入りにくいですが、これなら問題ないし灼熱地獄よりむしろいいかも？と希望に満ち溢れてきました。

伊東



上の写真奥周辺、霧なんだか雲なんだか分からない中を突き進むと伊藤(写真下)です。

#19の後、冷川峠上りの前にはMAXVALUEと向かいの足湯があります。イートイン&給茶器&氷補給可で快適です。



PC1 ローソン(直後の狩野川 CR)



ここまで来ると西から天気が回復しているのを実感します。冷川峠からはいい感じのツーリング日和になってきました。

沼津港(寄り道案内)



今回は石和温泉での宿泊のため寄り道せず進みましたが、昼食に沼津港はおすすめです。別ブルベで回転寿司を食べに寄って大満足でした。

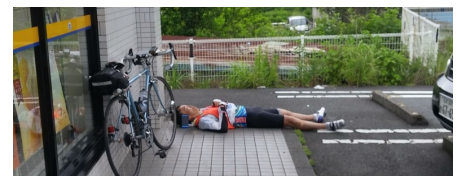
いい頃合いに沼津市街を抜ける進行の方は寄り道してみてもいかがでしょうか？

PC2 富士川ミニストップ～芝川



富士川に入れば喧噪は終わり、完全なツーリングコースです。のんびりと走ります。すべてのブルベがこんなゆったりだったらいいのに...

↓ PC2 で仮眠休憩中のスタッフ。
体力温存が完走の秘訣！？



#41 上沢 S へと渡る橋



ゆるゆる走るうちに到着。

上沢 S のサンクスで休憩していると、天気が回復したためか反対側からライダーがちらほら。

……って何故反射ベストを着ている？

どうやら別ブルベの先頭とまさにすれ違いつつある模様。単なるすれ違いでもモチベーションが上がります。

PC3 ローソン南アルプス店～



ちょうど夕方前に南アルプス市の PC3 に到着。ペースは順調。ただ、R52 途中の道の駅しらねでさくらんぼソフトを食べる計画は閉店時刻に間に合わず失敗。17:00 閉店でした。



PC3 を過ぎ、日が暮れてくると左に夕焼け、そして日が落ちれば右に甲府盆地の夜景が見下ろせる絶景コースです。

昨年の行きに七里岩ラインを上るチャレンジングなコースも好きでしたが、今年の西端を回るコースは日のあるうちに走れたこともあり景観に大満足です。

左下は道の駅はくしゅうのスーパー(20:00 閉店)、右下は道の駅葛木宿の銭湯(21:30 最終入)です。



富士見峠



前半の山場終了。

R20 に入ってから夜間は交通も落ち着いており、闇の中で蛙の大合唱を聞いていると、ここはどここの広域農道？という雰囲気のまま走れました。

気温は 13 度位？伊東で脱いだ雨装備の上をウインドブレーカー代わりに着て下りに入ります。

引き続き別ブルベの人達が反対側から続々と。写真撮ればよかった・・・

諏訪湖北岸



当日まで解消しているらしい(?)ですが、工事で片側通行がありました。PC4 手前の市街地です。

これ、いかにも工事していそうにライトや案内が出ているのですが、工期を聞こうとしても人が一人もいない。変だなとよくよくみると「休工中」の看板が。休工中でもこんな生き生き(?)とした現場なのは不思議。

PC4 湖岸通りの 7-11



折り返し地点。残り 300km を切りました！

勝手知ったる道で、時間余裕も大幅にあるので完走した気になっていました(油断大敵)。

なお、諏訪湖周辺だけは結構冷えました。富士見峠は涼やか～冷える？程度でしたが湖岸付近だけは強い冷えを感じました。峠が 13 度でしたので、おそらく 10 度付近。

諏訪湖で一泊という場合は南岸まで走れば、ホテルやネットカフェが多数ある地域になります。ここで仮眠して早朝に富士見峠越えで進むか、一気に韮崎～石和温泉まで進出するか。その判断と宿の予約をどうするか、このブルベに限らず悩ましいです。

#56 八ヶ岳高原ライン



七里岩ラインとの交差点ポイント。
何がなんだかわかりません・・・

#55 からここまで、真の闇区間です。

途中、反対側から反射ベストを着た人が！
お互いに「えっ」という顔ですれ違い。
この人以外に後続がおらず、どうも諏訪湖での
すれ違いグループとは別口の模様。単独で
八ヶ岳ルートを超えてきた？一体どこ出発で
何グループが走っていたのだろうか？

長坂のチェックポイント



コンビニが輝いて見える！

七里岩ラインは街灯はそこそこ、道は一部
グルーピング加工があり気を遣いますが状態は
よく、ツーリング速度なら快適そのものでした。

気温は長坂で13度。ちょっと上っては長い下りの
繰り返しで、上り区間で多少温まるので結局ウイン
ドブレーカなしで走りました。

韮崎～PC5 7-11 春日居鎮目北店 & 石和健康ランド

なんと痛恨の写真撮り忘れ・・・

七里岩ラインを抜け、韮崎で今度は同じ方向にMTBでかっとなでいく別ブルベさんに遭遇。
どこのブルベにもこういう重戦車で走ってしまう剛脚さんがいるのだなあと思いつつ、しばらくお話しつつ走行。静岡600で、諏訪湖を回り現在河口湖を目指している、1h位寝たので後は一気に走り切りますよーとのこと。甲府の先でコース別れになりましたが出発時刻は同じくらいだそうで、「これから このまま 河口湖アタック」・・・うーんすごいです。こっちはもう眠い状態。

さて、宿ですが石和健康ランドにしました。PCの時点で眠気が来ており一番近く、あまり考えずに行ける宿という事でほとんどこれに自動決定。が、事前には以下が候補でした。ホテル以外は風呂クローズ時刻が要注意ポイント。

1. 石和健康ランド(コース沿い) 055-263-7111
清掃は女湯3AM、男湯4AMからの1h。 #風呂+個室ならこっち？
2. ルートインコート甲府石和(広瀬S付近) 055-262-1011
#66でR20をコース逆方向へ。左側。 #本気で休む必要が出た場合はここ？
3. スパランド内藤(四日市場西S付近) 055-262-7001
#66でR20をコース逆方向へ。右側。2AM-5AMは清掃時間の模様

4. 薬石の湯 瑰泉(四日市場 S 付近) 055-262-1830
#66 で R20 をコース逆方向へ。左側。3AM-5AM は清掃時間

宿泊した 1 以外の 2-4 は要するに#66 で R20 をコースの逆に多少進むだけです。翌日は R20 からコースの方向通りに進むだけなので難しいことはないのですが、当日に選ぶ段になると風呂クローズ時刻など含め「何も」考えなくてよい石和健康ランドがやっぱり魅力的。ちなみに当日の状況は以下の通りでした:

- 自転車はバックオフィス内に預かって貰えた(無料、交換タグが貰える)
- 一番安いタイプの個室は全室満室(で+1000 円位の部屋になった)
- 食事は 3:30 まで可能(居酒屋の LO。結局 PC で買ったバナナ食べた)
- 男湯は 4:00 まで(追い出しがある訳ではなく、床が石鹼で滑るおかしいと思ったら清掃開始していた)
- 洗濯機とドライヤーはがら空き(たしか 30 分 100 円。洗剤カプセルは 150 円)。

3:00 ジャストにチェックイン、4:00 まで風呂、6:30 に起床という進行になりました。

翌朝～芝川 PC まで

見違えるような快晴の青空。暑い・・・いや暑すぎです。



身延(下段右)には駅前土産物屋の並びに水飲み場が併設されています。

右写真奥には名物みのぶまんじゅうの栄昇堂。一つ 60 円ちょっととお手頃で、土産発送と休憩を兼ねて店内で頂きました。もちもちした皮が美味しい。

PC6 サークルK 芝川

写真なし。DNF まであと 40km と 4h くらい。暑さでそうとうへばりました。
このあたりから時間は余裕があるのに心と体に余裕がなくなってきたようです。

上井出 S 付近



ブルベの PC やツーリングの補給で重宝された
上井出 S のファミマが閉店してしまいましたが、
その手前に 7-11 が開店していました！

本栖湖展望台



上井出 7-11 で身体を冷やし、氷をポケットに詰め、
氷水を被りながら昼真っ盛りの本栖湖登りを突破
しました。この展望台が見えた時は完走の時よりも
嬉しかったかもしれない……

熱中症になりかかったレベルの猛暑で、
日陰で停止して休んだり、押して進んだりで大苦戦。
実は去年より苦しい本栖湖登りになりました。

途中、「富士聖地」の看板がある、日陰が一切ない
とてもとても日当りのいい開けたカーブでは U ター
ンして帰りたくなりました。丁度集会があったらしく
人が集まっており、ここで倒れたら担ぎ込まれて
新興宗教団体(勝手に設定した想像)の餌食に
なってしまう！と自分を叱咤してなんとか無事通過。



頂上付近の公衆トイレの水場は清冽な水が補給で
き、かなり生き返りました。

DNF



展望台からは風を楽しむ下りです(暑いけど)。#86に着くころには体力の回復を感じ(暑いけど)、これなら時間もまだあるし大丈夫かな(暑いけど)?という気分になってきました。

…が、好事魔多し。河口湖直前のモール付近で「パーン！」という音と共にサイドカットにやられました。かぎ裂き状に抉られ、タイヤブーツやダクトテープで1時間ほど修理していたのですが、結局道志みちの途中で再発したら致命的。DNF 決定です。

DNF その後～輪行帰宅

河口湖駅までそろそろと乗って行き、後は輪行帰宅しました。

トラブル対処で神経を使った分が一気に出て、眠いし頭が回らないで輪行準備の手がさっぱり動かず凄い疲労感。帰宅はなんと23:00 過ぎ…16:00 前のDNFでなんでそんなにかかる？実走できていれば絶対その方が速かった！

皆様におかれましては、天候、路面状況に注意の上、安全にご帰還下さい。
自宅に帰るまでがブルベです。

以上

敗因分析

- サイドカットは半分運ですが、体力の消耗を感じていたため安全のため通常より本線から離れた左側に寄って走っていました。結果、同じ荒れ路面でもより荒れた側を選ぶ形になっていたかもしれません
- 判断力が落ちていました。頭が回っていればタイヤを修理するより近隣のサイクルショップを探して交換する方が速いと即判断したはず。下手に修理→うまくいかない、のループに陥り時間と精神力を消耗しました
- 今年は中々個人的なロングライドもできず走り込み不足で、暑さに身体が十分順化していなかったため消耗度が高くなりました
- 睡眠不足の可能性？今年は宿を選び、風呂・洗濯に時間を振り、さらに起床時も2h程の余裕を確保するという贅沢ぶりでしたが、睡眠時間は2.5hで昨年(諏訪湖のネットカフェで0:00-3:00の3h睡眠)より短い。やはり快適さより寝ることが大事です。

通過ポイント記録と補給詳細

5/16	8:39	7-11小田原南町店	おむすびx2
5/16	10:58	MAXVALUE伊藤広野店	アイス、コーヒー牛乳500、寿司パック
5/16	12:31	ローソン伊豆熊坂店	おにぎり大、ヨーグルト大
5/16	14:45	ミニストップ富士川木島店	いなりずしx3、しろくまカップ大、飲むヨーグルト500、ポカリ900
5/16	16:56	デイリーヤマザキ富士川ライン店	コーラ500、おむすび
5/16	18:29	ローソン南アルプス街道店	ざるそば、牛乳500、バナナx4
5/16	22:24	7-11下諏訪湖岸通り店	ヨーグルト大、カフェオレ500
5/17	0:52	ローソン山梨長坂町店	ナポリタン、ホットミルクティー350
5/17	2:34	7-11春日居鎮目北店	おむすびx2、あずきバー、飲むヨーグルト500
5/17	3:00	石和健康ランド	風呂45m、ポカリ500
5/17	7:16	7-11甲府南インター店	あずきバー、牛乳500
5/17	8:50	デイリーヤマザキ富士川ライン店	あずきバー、牛乳500
5/17	9:36	身延駅前みのぶまんじゅう栄昇堂	まんじゅうx1、まんじゅう発送
5/17	10:48	サークルK芝川役場前店	ヨーグルト大、ピルクル500、ガリガリ君
5/17	15:15	ファミリーマート 河口湖フォレストモール前店	バナナx3