

この試走報告を読もうとした貴方には、是非昨年他のメンバーが書いた試走報告も読んでもらいたい。

時系列にルートの説明や注意点がまとめられているので、特に初めてチャレンジする人には大変有効だと思う。今回私も大いに参考にさせてもらったのでお勧めだ。

今年の試走は独りぼっちだが、試走の目的であるルート状況の把握や PC（コンビニ）への挨拶、更には皆さんにお届けするトピックの収集を、使命を持って臨めたのが良かった。完走への意欲が責任感でパワーアップした感じで、お陰で今回も無事完走できた。



網代の間瀬 今年は伊豆みかん

さて、この試走報告はブルベ初・中級者に読んでいただきたい。600km を完走している強者の方は、目を通さなくても問題はない。ルートは変わってないし、注意する箇所も特にない。注意するのはご自身の安全確保のみだから。



ブルベは開催時期・天候によって、難易度が大きく変わるのは言うまでもないが、この諏訪湖 600km は、毎回寒さで苦しむ。一人のおじさんの感覚ではあるが、ベテランの私が言うのだから是非鵜呑みにして肝に銘じて欲しい。「BRM 諏訪湖 600km は毎回寒さが厳しい！」と。

#19 ニューアカオの工事も終わり、綺麗な景色が望める

昨年は 9/16、忘れもしない大荒れの天気、参加の皆さんは大いに苦しめられ DNF 続出。辛うじてゴールした人も、青色吐息…まるで抜け殻のような状態で、完走の喜びを感じたのは、自宅で湯船に浸かった時に違いない。それ程きつい BRM だった。

今年はコースに変更が無いので、昨年天気に負けてしまった人には是非リベンジに燃えて欲しい。

※コースに変更は無いと書いたが、主催陣は最後の PC7 以降の、山中湖へのルート変更を考えていたので、私が試走したのは Qシート（ver-1.0）に基づいている。

さあ、思いつくままに列挙して行こう！

1. 寒さ対策を忘れずに！

6月の昼間は当然暑くなることが予想されるので、暑さ対策は忘れずにして欲しい。600km では昼間が 2 回あるが、本コースは特に 2 日目の PC 6 芝川から富士本栖ハイランド辺りまで 900m の上りがキツイ。快晴になれば雄大な富士山を拝むことはできるが、頭上から降り注ぐ太陽光に苦しめられるだろう。暑さでボーっとしての上りはヤバい。立ちごけする恐れもあるから、是非気を張って頑張ってもらいたい！



#23 の先 奥野ダム公園のつり橋

さて、本題の寒さだが、私は諏訪湖 600km の初回から試走をしてきたが、とにかく全て寒さに苦しめられてきた。耐寒には個人差があるが、特別寒さに弱い方でもないと思う。特に 290km 地点の道の駅信州蓑木宿辺りから諏訪湖までの往復区間はヤバい！ 標高 700m を超える区間だ。

この区間はちょうど眠くなる時間帯になるので、皆さんのブルベ力が試される試練の道になるだろう。寒い中で寝るのは危険だから、事前にルート図を見ながら十分シュミレーションしておいてもらいたい。自分の走力と睡魔・寒さとの戦いを。

私からの温かいアドバイスは「冬用の防寒具を念のため用意して！」だ。私は今回も当然準備して全て使った。スタート前に降っていた雨のために着てきたモンベルの上下も助けてくれたし、もちろんいつものパンストも履いた。唯一急きょ現地で買ったのが指長の手袋だ。「まさか指が冷たくなるまでは行かないだろう」と高を括っていたら、かじかむ指の冷たさに我慢できなかった。作業用の風を通さない手袋があっ

て助かった。

このアドバイスで皆さんを温かく包めたら幸甚だ。

2. 貯金は多めに！ でも油断は禁物！

このブルベには P C が 7 つもある。200、300km は時間配分などを考えずに行っても何とかなってしまう。400km もそうかもしれない。でも、流石に 600km は、大まかな計画が必要だと思っている。それは仮眠を取る場所と、その時間だ。ただ人によっては仮眠を 1 回しっかり取るタイプと小刻みに取るタイプに分かれるかもしれない。

皆さんも自分がどちらのタイプか既に認識していることだろうから、それに合わせた計画を簡単に練っておくと順調に進めることだろう。ビジネスホテルやネットカフェで 1 回しっかり寝るなら、場所の見当をつけておこう。たぶん諏訪盆地内か。体調に合わせて小刻みに休むなら、道の駅やバス停など屋根のある所になるだろう。これは経験がモノ言う世界になるかもしれない。

このコースの肝は、P C 3 セブンイレブン 蓑崎旭町店からになると思われる。前出の昨年の仲間たちは脚力のあるベテラン連中だから、中にはまだ明るい内にここを通過する者もいるが、多くの参加者が夜間走行に入っていく所だ。当たり前の話だが、ここまでで出来るだけ多めの貯金ができると、後が多少楽になるだろう。でも油断は禁物だ。ここまでは時間当たり 〇〇km で進めたから、諏訪湖までの 65.9km も、およそ 〇時間で行けるだろう…と単純に思ってはダメだ！ これはあくまでも私見だが、富士見峠までは大変だが、越えた後も、簡単に諏訪湖に辿り着けない。(あくまでも私見) 汗をかいた上に下りは寒い。もし、雨だったら…もし風が強かったら…。それはそれは恐ろしい区間だ。



PC3 セブン 蓑崎旭町店の店員さんはステキな対応だ



試走当日は、糸魚川ファストランと同日であったが、その雨と風で 3 分の 1 が D N F したと聞いている。私は幸いにも雨はスタート時に止んだが、向かい風には苦しめられた。諏訪湖までの区間と、戻りの道の駅信州蓑木宿までは油断禁物。できるだけ先へ先へと駒を進めよう。

#45 ここを左折して R20 をひたすら上る

3. 下り基調に騙されるな！

油断禁物と言え、下り基調の七里岩ラインもちょっと曲者だ。P C 5 のファミマ甲斐双葉塩崎店への到着時間を考えた時に、下り基調だからこれ位で着くだろうと高を括ると、冷や汗ものになる。

なぜなら下りは気持ちいいが、初めのうちは上り返しが多く、意外と時間を要することになるからだ。#56 の下蔦木 S を左折するのは是非余裕を持って通過しよう。



七里岩ラインから朝の富士山を望む



#59 の先 ローソン山梨長坂町店

←この景色が見られたので得した気分になれた（七里岩ライン）

P C 5 ファミマ甲斐双葉塩崎店では、自転車を店頭のガラスに立て掛けるのは禁止！周囲のフェンスに立て掛けるようご協力願いたい。

※その他のP C も全て同様に対応していただきたい。



4. あとは…気合いだぁ！

P C 5 まで時間内に到着した人なら、次の芝川まで時間内に行けるだろう。朝の爽やかな空気と、気持ち良い陽の光を浴びながら、ここまで駒を進めてきた自分の頑張りを褒めてあげよう！



身延線沿いのアップダウンは往路で通ってきた道。逆でも大差ないから淡々とイーブンで進んで行こう。そしてP C 6 芝川には貯金残高1時間超を目指そう。

#69 の先 川面のキラキラが風に乗ってやってくる。気持ちいい

そして本コース最後の苦行の富士の上りが始まる。快晴なら笑顔の富士山を拝めるものの、同時に暑い太陽の日差しが容赦なく降り注ぐ。だからこそ、早く来られる人は朝の早い時間に上り始められるよう、逆算して各P Cでの貯金を殖やすように出来ると良いのだ…が。

私は富士 300km の担当者だから、つい富士ミルクランドのジェラートを楽しみにしてしまっていたが、昨年

からコースが変わり田貫湖側を通る今回のコースに変わったので、ジェラートに有り付けないのは残念。ここまで 450km 超を走ってきた脚には、#80 の左折直ぐの激坂は堪えると思う。私も昨年の試走で「何でここに来てまで、こんな坂を上らせるんだ！」と主催担当に直訴したが、人の可能性を引き出すのが巧い彼らは、参加者の皆さんに自分の限界を超えて欲しいんだ！…と言ったとか言わなかったとか。

そんなイキサツがあったので、今回の試走では、この区間の良いところを見出そうと思いキョロキョロしながら色々なものを見ては写真を撮ってきたので、ちょっと時間がかかってしまった。

先ずこの激坂を昨年よりは楽に上ることができた。写真の橋辺りで、自転車を降りて休んだので、皆さんもここまでは足を着かずに上ってきて欲しい。ここまで来れば後は知れたものだ。

蛇足だが、何故私が昨年より楽に上れたか？それは定年後に就いた仕事の外回りなので、10,000 歩/日以上歩くし、9 階の事務室まで日に 2 回階段で上り降りしているのが、効いているようだ。

皆さん、階段練習は地味だが、試す価値はあると思う(笑)



この立て看板が目印。頑張ろう！



近々田植えが始まりそうだ

汗をかいた身体には、何とも気持ちいい



夏にはトマトやスイカを冷やしているのだろう



←この木陰が救いの空間だ

話を戻して、この区間は激坂だけが問題ではなかった。#81 で富士パノラマラインに出てからが怖い。何がって、左のガードレールを越えて、ぼうぼうの草が伸びて、容赦なく私たちチャリダーの行く手を阻む。避けるには右に逃げるしか方法は無いが、大型トラックがすれすれを抜いて行く。本当に怖かったが、自分の限界を超えろと言う主催担当に聞く耳はなく、泣く泣くそのまま本ルートに決まった。

で、今年はどうなっているかを試走隊としての目で確認してきたら…あら？違う！草がぼうぼうじゃない！

これなら問題無しだ。直訴していた私が何故か喜んでいた。(笑)

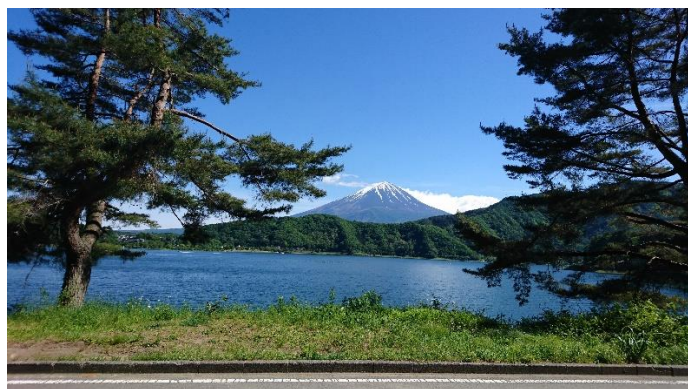
昨年の開催は9月で、梅雨と夏を過ごした草が、単に伸びて伸びて、ぼうぼうになっていただけなんだろうと思う。

正しくブルベは開催時期で大きく変わると言うことだ。

ただ、やはり数ヶ所は伸びた草が邪魔する所も有ったので、注意して欲しい。



右を向けば、こんな長閑な風景も。 PCTももう少し…



自転車を立て掛けたくなる景色だ！

思わず自転車を止めてまでも撮りたくなってしまふ。

これくらいの余裕がやはり欲しいものだ。

こんな感じで人もコースも色々変わるので、やはり実際に走って感じる事が大切だと、試走をして改めて認識することができた。

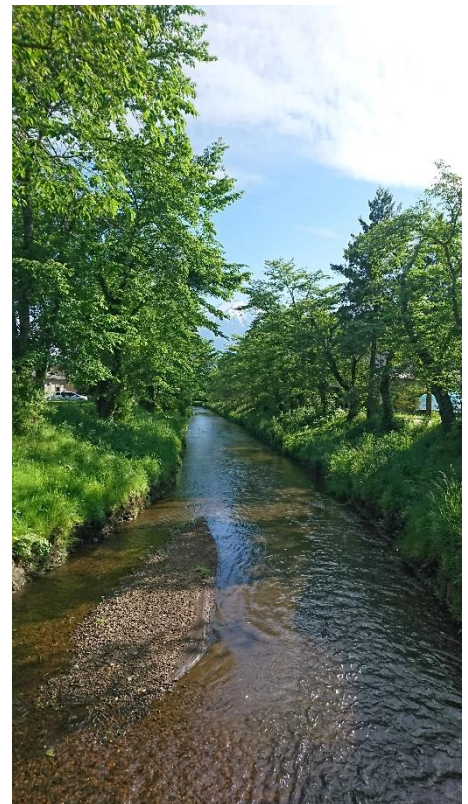
百聞は一見に如かず。更に一走はそれに勝る！…だ。

話を戻そう…最後のPCTに時間内に到着できれば、ほぼ完走は貴方の手中にあるかもしれない。

さあ、ここから先は山中湖に行けば初級者の皆さんも走ったことのある道志みちがメインだ。

ただ試走では、山中湖までのルートが昨年と違う道がひかれていた。

が、試走後の感想を伝えたところ、主催担当のチームで検討して、昨年と同じルートに戻った。
この元のルートとは、もう十分上りを上ってきたのに、最終P Cの後にまた激坂を上らせようというものだったのだ（驚） 距離は短いものの、急こう配 12%の看板で始まる上り坂だが、どう見ても更に数%増えるほどの坂に、大人しい私も思わず吠えそうになるくらいであった。
そこで、試走した私の率直な意見を伝えたら、今年はどういう訳かすんなり聞き入れてもらえたのだ。実は凄く嬉しい！ 主催者担当サイドも色々考えてコースをひいているので、それはそれで尊重したい。だが、実際走ってみると、地図からでは読み取れない人間の感覚が、それを良しとしないこともあるからだ。



忍野八海の守護神が祀られている浅間神社

ただ今回、坂を越えた先には写真にもあるように、忍野八海の近くを通るルートなので、脚と時間に余裕のある人には是非走られることを勧めたい。チキンな私には、あの綺麗な池までは行くことが出来なかったが、強者の人には、是非忍野八海のあの綺麗な池を見学してきてもらいたい。
限界は自分が作るもので、それを破るのも自分であることを実感できる激坂を、距離は短いが堪能できること請け合いだ！

道志みちも安全第一で帰ってきて欲しい。

貴方の果敢なチャレンジに敬意を以って「お帰りなさい！」を言いたい。

当日、皆さんにお会いできるのを楽しみにしております。

稲川 浩

◎当日のデータ

- ・通過チェック 06:48
 - ・P C 1 12:59
 - ・P C 2 15:26
 - ・P C 3 20:53
 - ・P C 4 01:51
 - ・P C 5 06:16
 - ・P C 6 09:54
 - ・P C 7 15:05
 - ・ゴール 19:54
- 走行タイム 38 時間 54 分