

# 2023 年 BRM513 西東京 400 富士大回り 標準コース 試走報告

試走スタッフ 長谷川 薫

試走日：2023 年 5 月 2 日-5 月 3 日

今回のコースは前半の富士五湖エリアに行き高原を楽しみ、後半は下って富士を囲んだ回るコースだ。風対策と眠気の解消の確保が重要でした。踏み込まずコンスタントに走るとよいと思いました。眠気は走っていても取れないです。安全運転のために睡眠の確保は優先するとよいです。以下参考までに

行程

	距離	本試走 通過時刻
スタート (根岸からさわ公園)	0 km	7:00
ローソン 河口湖船津登山道店	81.6km	11:50
PC1 ローソン 南アルプス街道店	154.1 km	15:55
PC2 ファミリーマート 富士宮芝川店	220.2 km	19:20
セブンイレブン伊東中伊豆入口店	291.3 km	0:00
PC3 ローソン 藤沢辻堂六丁目店	367.8 km	5:22
ゴール セブンイレブン相模原淵野辺本町 2 丁目店	403.1km	8:00

ポイント

## 1. スタート (根岸からさわ公園) ~ローソン河口湖船津登山道店 (通過チェック)

スタートから青山 (キューシート # 11) までは信号が多い区間 (信号峠です) です。それ以降は信号の数が減り、道志みちの上り、山伏峠を通り、山中湖まで行く。特に平野交差点 (キューシート # 12) は信号待ち渋滞していることが多いので、バイクや車に気を付けること。また、観光地ですので予測不可能な運転をしている車も見受けられました

- ・富士見公園前の交差点には割と大型車両も左折することがあるので注意が必要です

## 2. ローソン河口湖船津登山道店~PC1 ローソン南アルプス街道店

基本、下りの多いルートです。ただ、上りがないとはいいません。

# 22 の交差点を識別できるかが肝のコースです。迷うといえばこの部分ぐらいでした。この交差点に入る左手に 38KAWAGUCHIKO の洋食屋があるからこれが目印になるかもしれません。

本栖みちは新しいトンネルができバイパスとなっていた。旧道は廃道のようなのでちょっと残念だが、新しい道はやっぱり走りやすいです。

## 3. ローソン南アルプス街道店~PC2 ファミリーマート 富士宮芝川店

この区間はローソンをでてから数km先のループ橋と富士川の風ですね。富士川の風は逆らわずにあまり踏み込まずにくるくる回す方が疲れないかもしれません。思った以上身延あたりからは信号が少なくなるので時間のロスは少なめかもしれません。ただ、向かい風にあたっているので体力の消耗があります。補食の確保が必要かもしれません。

芝川あたりは暗くなったので、野生の王国の活動期に入ったのかフクロウの声やたぬきの気配と匂いがしました。

## 4. ファミリーマート 富士宮芝川店~セブンイレブン伊東中伊豆入口店 (通過チェック)

沼津市役所の交差点までは主要幹線道路を通るので気を付けるぐらいです。

夕食を富士のあたりで望む場合はかなり混んでいるので 19-20 時のゴールデンタイムは待ち時間がかかりそうです。冷川の上り下りともにこの日は冷えまして冬物を着こみました(富士市あたりで着替え)。月明りはあったもののこのエリア真っ暗なためライトは 2 灯全開でした。また、野生の動物の視線を感じました。きっと鹿だけだ。

5. セブンイレブン伊東中伊豆入口店～PC3 ローソン 藤沢辻堂六丁目店

伊豆路は眠気との戦いになり、休眠モードに身体が入りそうだったので30分睡眠を確保。コーヒー買うついでに5分ぐらいのマイクロ睡眠を5回取るなどしていました。明け方になれば休眠モードは収まるはずなので4:30ぐらいまで苦戦でした。まして最近ファミレスの24時間営業が少ないのがネックになります。

6. ローソン 藤沢辻堂六丁目店～ゴール セブンイレブン相模原淵野辺本町2丁目店

このルートは難関の信号峠です。案の定、恐ろしいほど信号に引っかかりました。あと気温上昇で着替えがあったぐらいです。一部交通量も多くなったりしているところもありました。

その他：

食事を取るなら計画的にお店を決めて連絡をいれておくとロス時間が少ないかもしれません。

コロナが終わったせいかどこも人出が多く、車、バイクも多いです。くれぐれも注意してください。

補食はミニアーモンドバー、カロリーメイト、大福をポケットに忍ばしていました。今回のコースでは2.5クール補食を食べています。

スタッフ一同みなさまのお越しをお待ちしております。

以上