

2024BRM928宮城300物見山300試走レポート(スタッフTS)

日時:9/22(日) 5:00 ~ 24:11 試走

天気:雨→大雨→(一時晴れ)→雨

気温:ガーミン記録 平均17度, 最低13度, 最高23度

[服装]

上:

- ・インナー長袖2枚(おたふく網 + ジオラインL.W)
- ・AJ夏用長袖ジャージ
- ・反射材増し増し反射ベスト
- ・ジレ(未使用)
- ・モンベル WICクールサイクルグローブ(長)
- ・パールイズミ UVカットサイクルグローブ(長)

下:

- ・おたふく夏用冷感長インナータイツ
- ・パールイズミ レータン
- ・モンベル WICサイクルソックス

雨具:

- ・モンベル サイクルレインジャケット
- ・モンベル サイクルレインパンツ
- ・テムレスグローブ
- ・モンベルレインシューズカバー
- ・(軍手)※途中コンビニで補給

[注意点]

・全体的には走りやすい路面ですが、山の中では落ち葉や栗の散乱、路面では一部に穴や段差、カラー路面の凸凹加工、縦溝加工があります。

・段差や溝は、進行方向にあるものと、路側帯と車道の区切りの白線に沿ったものがありましたが、ひっかかると危ないです。蓋の無い側溝もところどころありますし、左端に寄り過ぎないように注意してください。

・踏まないでしようが、凹んでるのでなく路面から飛び出たマンホールの蓋があるので注意。

・下りになって速度上げられると思っただいいところで縦溝路面等が現れるので速度の出し過ぎ、前方不注意にはお気をつけを。

[スタート岩出山体育センター(5:00)~PC1(セブンイレブナー関巖美溪店) (8:39)]

- ・キュー3～4 地味に上らされる。所々工事車両の出入り口あり。
- ・キュー5 スーッと走ると見逃がしそう。道路の縦溝加工が嫌。
- ・キュー6～7 葉っぱや栗が多数落ちてるので注意。側溝には蓋が無いので端に寄り過ぎない。
- ・キュー12 左折。見逃さないよう。
- ・キュー13 セブンイレブンは右側。近づくまで見えづらい。

[PC1～PC2(ローソン江刺岩谷堂店) (11:23)]

- ・キュー16付近 踏切を渡る時、線路が斜めなので注意して走行
- ・平泉駅前。路面がタイルみたいな感じで滑りやすそうだった。
- ・キュー18～19 工事用車両の出入り口多し。81km地点位、道路の段差に注意。
- ・キュー20 右折ポイント。交通量もあるので右折横断注意。
- ・キュー20～21 山の中。アスファルトに所々穴があるので注意。
この辺り、アスファルトが荒れており、白線近くに溝や段差もあるので要注意。
- ・キュー21～22 片側交互通行あり。

[PC2～PC3(ファミリーマート大船渡宮の前店) (15:24)]

- ・キュー22～23 車道内 白線寄りで舗装が綺麗に連続してない所があるので左寄りすぎ注意。
- ・キュー24～25 トンネル多数区間。中はあまり暗くないが、路面の縦溝加工があるので注意。
トンネルを出た後も、下りで縦溝加工が来るから速度出し過ぎ注意。
- ・キュー25～26 片側交互通行あり。落ち葉や栗が散乱しているので走行注意。

[PC3～PC4(ローソン南三陸歌津店) (18:59)]

- ・キュー29以降 N45。直した所は道が良いけど、そうでない所は路面細かい凹凸。
- ・キュー31～32 三陸道に入るところ、自転車は第二車線で一般道へ。
N45 は赤いカラーの路面があちこちに出てきます。通常よりも細かい間隔で凹凸してる場所も数か所あり、手への振動ダメージ大。走行、速度注意で。
- ・キュー32 左折ポイント。すぐ手前にも左折できる所があるので間違えないように。

[PC4～ゴール(ファミリーマート岩出山池月店) (24:11)]

- ・キュー38～39 トンネルの中、ちょっと暗いので注意。
- ・キュー40 道が細くてわかりづらいけれど、道なりにぐるんに行って橋を渡ります。
- ・キュー45 変形交差点。ちょっと右に行くように行って右斜めに進んでください。
- ・キュー49 通過する頃には、信号が赤点滅と黄点滅になってました(ギリギリ隊)
- ・キュー53～55 朝通った道ですが路面悪く上り多く工事車両入り口等有るので注意。
- ・キュー55 あとはゴールまですぐ。

[ゴール～岩出山体育センター(ゴール受付)]

・約6km まっすぐ走るだけなので、安全第一でゴール受付まで～。

[感想]

試走時は雨～大雨と天気が悪く、気温もほぼ20度未満であったことから、最初から最後までレインウェア上下&テムレス&シューズカバーを着たままでした。本番時にはこの服装は参考にならないかも知れません。

上はインナー2枚でした。少し暑いと感じた時もありましたが、汗吸い取り用のメッシュのおかげでその後の汗冷えは避けられました。

逆に下は、夏用の冷感タイプのインナータイツだった為、ちょっと冷えすぎ。ジオラインL.Wインタータイツくらいがちょうど良かったかも。もう夏ではないんだなあと。

困ったのは手。大船渡で晴れた以外はずっと雨で、テムレスの中は手汗でちゃぽちゃぽ。仕方ないので、PCに着くたびに軍手を購入し、手→軍手→サイクルグローブ→テムレスの3枚重ねで乗り切りました。

ギリギリ隊的には、スタート～PC1～PC2 の区間はあまり稼げない感じで、PC2 がクローズギリギリでした。

ただ、その後は PC2～PC3区間に上りはあるものの、それ以降の下りと平坦とで充分取り戻し可能でしたので、無理することは無いかと思います。

今回は全箇所コンビニPCなのでPCで補給を取りましたが、気仙沼か南三陸さんさん商店街の辺りには食事処も多いので、そちらで食事するのも良いかと思います。