

試走日時：2017/5/13

<スタート駿河健康ランド～PC1 セブンイレブン御前崎港店 (区間 70km、トータル 70km)>

スタートから清水あたりまでは東海道 (国道 1 号)、その後国道 150 号を走ります。例年と違い、ここ数年台風による通行止めで通れなかった大崩海岸が復旧したためルートが変わります (元に戻ります)。昨年までの宇津ノ谷峠は通りません。PC1 までの間ではほぼ唯一の登り区間もこのあたりですが、2km で 100m ものぼらず、走り始めでまだ脚も元気なので心配はいらないでしょう。

最後の御前崎付近はいつもは風の強い印象ですが、試走のこの日はあまり風も吹きませんでした。本番も穏やかで海沿いの道を楽しめますように。

御前崎の PC であるセブンイレブンは道の右側にあります。気を付けて渡ってください。わたしはうっかり通り過ぎました。

<PC1 セブンイレブン御前崎港店～通過チェックサックス天竜二俣店 (区間 62.5km、トータル 132.5km)>

試走時は真夏日で、PC1 あたりから気温がぐんぐんあがりました。ルートは内陸に入り、北北西に向かって走ります。道はときおり軽くアップダウンする程度で単調です。トンネルがあると涼しくてほっとするトンネル好きになってしまいました。

全体に追い風で脚は楽でしたが、その分暑さにやられやすくなります。当日も気温が高い場合は、熱中症対策を忘れずに！

<通過チェックサックス天竜二俣店～PC2 ローソン新城庭野店 (区間 45.7km、トータル 178.2km)>

区間は 46km ほどですが、午後のもっとも暑い時間帯で、距離以上に非常に苦しい区間となりました。途中の宇利峠は予習の段階ではあまり気にしていませんでしたが、斜度 7～8% で、2km 程度、暑さの中のぼるのは堪えました。短い区間ですが一気に走らず、休憩をとりながら進みました。無理してはいけない時間帯でした。

<PC2 ローソン新城庭野店～PC3 セブンイレブン信濃池田会染店 (区間 224.4km、トータル

ル 402.6km >

PC2 から 37km ほど行った中設楽のファミリーマート (215.3km 地点) で新野峠に向かう前の休憩をしました。この先には新野峠越えを含めて 40km 以上コンビニはありません。PC2 からこのファミリーマートまでもかなりアップダウンがありました。ルートラボ上では新野峠の標高に隠れてわからないステルスなのぼりがいくつかあってしつこいです。

ボスキャラの新野峠は、車もほどほどに通ります。日が陰ってきてようやく暑さが和らいできました。日が落ちても真っ暗というわけではなく路面も悪くありません。斜度もさっきまでのほうがよっぽど大変でした。途中までは。

新野峠は長いです。中設楽のコンビニからピークまで 26km もあります。最初ゆるやかだった斜度も、さすがにピークが近づくにつれきつくなってきます。逆にいえば、斜度がきつくなってきたらピークも近いということです。淡々とのぼっていくと橋があり「標高 1000m」という標識がありました。新野峠のピークは 1060m。この橋からピークまでは 1.2km ほどでした。橋のところが明るかったのでこのあたりで下りに備えてウインドブレーカーを着こみました。また途中で道の駅があり、夜でもトイレと自販機は使えました。ようやくたどりついたピークでは、鹿が飛び出して向かってきました。ぎりぎりですれ違いました。何するんだ。ご注意ください。

新野峠の下りは、道なりに下っていくと GPS に入れたルートとは違う道になります。新しくバイパスが完成していてそちらを走ることにになります。そのまま進めばまもなく旧道と合流します。大丈夫。落ち着いて走ってください。

しばらく下るとしだいに道が荒れてきます。暗くなってから通る人も多いことでしょう。十分お気を付け下さい。

下り終えてさらに二つほど丘を越えるとようやく右側にファミリーマートがありました。以前はサークル K だったところのようです。

このあたりで反時計回りの人たちとすれ違うことになるでしょうか。お互いにエールを送るのもまた楽しみのひとつです。軽く手を振るくらいでも十分嬉しいすれ違いです。

この区間は 224km と長く、ほとんどの方はこのどこかで仮眠をとられることになるでしょう。わたしは約 328km 地点の伊那でホテルをとりました。2 時近くから 4 時半までの一番寒い時間帯に休んでからリスタートしました。昼間は暑いですが夜温は下がります。お気を付け下さい。わたしはこの日は厚手のウインドブレーカー、夏用アームカバー、冬のレグカバーを使用しました。

リスタートしてすぐに善知鳥峠（うとうとうげ）ののぼりです。夜は明けましたがまだ肌寒くウインドブレーカーを着たままのぼるうちにだんだん暖かくなりました。そのまま下り。早朝の安曇野の美しい山々や風景を眺めながら走ります。

<PC3 セブンイレブン信濃池田会染店～PC4 セブンイレブン富士川鵜沢口店（区間 123.6km、トータル 526.2km）>

PC3 に着けば残りはあと 200km、1 ブルベです。

松本市内～塩尻の国道 19 号は、路面が悪く、1 車線で狭く、大型車も多く、信号も多い、数え上げるのが嫌になるほど厳しい道です。神経を使いながら走ることになりました。興津 400km とはルートが違うのでお間違いなく。

そして二日目もこの日は暑く、塩尻峠の日陰のないのぼりは、前日にもましてつらかったです。のぼりは始める前にある「道の駅 小坂田公園」の自販機で水を購入し、何度もかぶりながら走りました。

のぼりくだりとも交通量が多いので注意が必要です。下りはやはり途中から路面が荒れていました。

塩尻峠を下りきるとまた少しずつ上り基調になります。次は富士見峠です。塩尻峠と同様、ピークは歩道橋であり峠を上りきった感動を感じにくいのですが、ともあれ、これを超えればあとは本当に下り基調です。試走当日はきつい向かい風になり、下り基調なのに踏み続けることになりました。本番はどうかひどい向かい風になりませんように。

<PC4 セブンイレブン富士川鵜沢口店～Finish 駿河健康ランド（区間 74.6km、トータル 600.8km）>

最後はおなじみの富士川沿いです。ここも厳しい向かい風でした。途中で日が暮れたせいか、灯りに寄ってくる小さな黒い虫にたかられてエネルギーが減りました。

身延線沿いのアップダウンは、500km を超えて走った身体にはきつく感じますがあともう少しです。本当です。

大きな観覧車が見えたら富士川楽座です。ここまで来たらゴールまであと 15km ほど。

そして由比に入り、静かな住宅街を静かに抜けて、バイパス沿いの「こんな道?!」と驚く草ぼうぼうの道がウイングランです。前方に「駿河健康ランド」のネオンと建物が見えてきます。路面悪く道も暗いですから最後までどうぞ気を抜かずに！スタッフや走り終えた仲間があなたをお待ちしています。