

Race Report

- 2025 Asian BMX Racing Challenge 【年齢別アジア選手権】

in Nagoya JAPAN -

高崎 成琉

日時：2025年11月2日 天気：晴れ

場所：名古屋ケイリンBMXコース

出場クラス：Boys13-14

レースの出場人数：36人



【目標】優勝する事

上のカテゴリー(Boys 15-16)のトップタイムを超すこと→30秒台で走ること

【結果】予選 1-1-1 1/4決勝 1位 準決勝1位 決勝1位

【レース当日公式練習】20分間

この日の練習では以下の3つのことを意識して行いました。

- ①人数が多くて、練習時間が短いので走るときは2ストレート以上走ること
- ②第1ストレートの1個目のこなしが難しいので走るときは必ずそこをやること
- ③スタートの構えのときに手の力を完全に抜く

練習を終えてものすごく調子が良いと感じました。

このコースは1つ1つのコブが大きくて深い為、バックサイドでのプッシュが少し難しくなっています。その為、他のコース以上に大きく体を動かさないと加速していきません。練習の動画を確認したところ、バックサイドで加速できていたので、自分の感覚通り体がしっかりと動かせるなと感じました。

レースでは第1ストレートの1個目のこなしがカギになってくると思っていたので、そこで加速できるようにレースの前に何回もイメージしてからレースに挑みました。



【レース本番】

・予選 - 3本とも1位

予選を終えて、第3ストレートの2個目のロールと3個目のジャンプでの加速が足りないと感じました。そこで、もう少し前重心でこなすように改善できればもっとタイムが速くなると思ったので1/4以降はそこを意識して走りました。

予選終了時点で僕のベストゴールタイムが31.721秒、上の15-16Boysカテゴリーのトップタイムが32.448秒でした。想像していたより僕のタイムの方が速かったのでここで目標を30秒台を出すことに切り替えました。



Photo : @dsk24

・1/4決勝 (準々決勝) - 1位

1/4決勝では大事な第1ストレートの1個目のこなしをミスしてしまったり、第3ストレートのロールを押しすぎてしまったり、ジャンプが高くなりすぎてしまったりダメダメでした。

休憩の時間がいつものレースより長くて集中力が切れてしまったことが原因だと思うので次の準決勝に向けてすぐ気持ちを切り替えていきました。

・準決勝 - 1位

準決勝はこれまでに出ていた技術的なズレを改善することができ、31,225秒と、ベストタイムを約0,5秒更新することができました。1/4決勝からもう一度集中し直すこともできて走りの感覚もすごく良かったので決勝もこの調子でいこうと思いました。

決勝で目標の30秒台を出すためにはタイムをあと0,3秒縮める必要があったので、動画を繰り返し何度も見返して、どこを改善すれば良いか考えました。考えた結果、第2ストレートの最後のジャンプをもっと低く飛ぶことと、第1ストレートの1個目のピックアップ、Wロールをもっと前重心でやることでもっと加速できると思ったので、決勝ではこの2つのことを意識して絶対30秒台を出したいと思いました。

・決勝 - 1位

スタートがこのレースで1番上手いきき、意識づけしていた2つのことも上手いきき、第2コーナーの時点で30秒台を出せると思いましたが、「よし！行ける！」という気持ちで力みがでてしまい、第3ストレートの1個目のロールで少し押しすぎてしまったことで減速してしまいました。ミスで一瞬は減速したものの、素早くリカバリーできた事で減速を最小限に抑えられたので、そのまま1位でゴールしました。結果タイムは31,364でした。

ミスした部分以外はうまく走ってたのでとても悔しいですが、すぐに立て直せたことはすごく良かったと思います。



Photo : @dsk24

【レースを終えて】

日本初開催のAsian BMX Racingで優勝できたことは嬉しかったです、タイムの目標をクリアできなかったのが少し悔しかったです。ただ、バックサイドへの入り方や体の使い方など細かい部分の精度を上げていけば、更にレベルアップした走りができると感じたので、今後は今まで以上に細かいところまでこだわって取り組んでいきたいと思います。

次のレースはひたち海浜公園で行われるJBMXF大東建託シリーズのJ1です。
今シーズンの最終戦、勝ちで締めくくりたいと思います。



大村愛知県知事のXより