

Race reports

- JOC Junior Olympic Cup BMX Racing 2026 -

名古屋競輪場BMXレースコース

日時:2026年5月17日

天気:晴れ

参加クラス:Boys15-16

人数:16人

目標:優勝すること

結果:予選1-1-1決勝1位

前日練習:フリー走行30分、公式練習30分

当日練習:公式練習20分



【練習】

今回の練習はフリー走行(スタートを動かさない)と公式練習(スタートを動かす)で分かれているのでフリー走行では第3ストレート、最終ストレートを中心的に、公式練習ではスタートと第1、2ストレートを中心的に練習しようと計画を立て行いました。

(前日フリー走行)

1本目は、身体を起こすために体を大きく動かして走りました。

2本目からは計画通り、第3ストレートと最終ストレートを中心的に、バックサイドのプッシュと最終コーナーのライン取りを意識して行いました。最後の1本は、公式練習1本目から全力でできるように、第1ストレートのこなしの確認をしました。

(前日公式練習)

1、2本目はスタートから第1ストレートの最後まで全力で走りました。

3本目は第1コーナーの確認が良かったのでスタートから第2ストレートの最後までハーフラップをしました。

4、5本目は第1ストレートの最後まで走りました。

前日練習を終えて動画を振り返ると、スタートもバックサイドの加速具合も良かったのでこの調子をキープしてレースに挑みたいと思いました。



(当日公式練習)

当日は20分しかないので3、4本ぐらいしか走れないな
と思い前日練習と同様、予定を立てて練習を行おうと思
いました。1本目は体を動かす、2本目はスタートから第
2ストレートの終わりまでのハーフラップ、3本目はス
タートと第3ストレート、最終ストレートのハーフラッ
プ。

4本目は走れたらもう1本スタートと第1ストレートのこ
なしの確認をしようと思いました。

練習は3本しか走れなかったですが、その3本でしっか
り最終確認ができたので良かったです。

【レース】

1本目

スタートで隣のライダーがスタートゲートのシグナルより早く反応してそれに釣ら
れて少し体が動いてしまい、スタートは上手く行きませんが、その後のこなし
ではミスなく、スムーズにゴールまで行くことができたので良かったです。

2本目

今回の大会と同日に隣の公園で祭りが行われており、その中のプロジェクトで太鼓
の演奏がありました。その演奏と重なってしまいその音で反応してしまうかもしれ
ないと思いましたが、そんな心配をされていてはスタートで成功することはないと思
い、物凄く集中していました。

スタートで太鼓の音が鳴っていましたが、鳴り方とそのタイミングが悪く、隣のラ
イダーが反応してしまいました。

それに釣られて他のライダーが反応してスタートの板に詰んどまってしまっている
中、なんとか釣られないように耐えることが出来、無事にスタートすることができ
ました。その後もミスなく1位でゴールしました。

3本目

3本目は太鼓の演奏が鳴り止んでいたのでもリラックスしてスタートできました。で
すが、第2ストレートの1個目でミスをしてしまいスピードが落ちてしまいまし

た。そのとき後ろのライダーに追いつかれてしまうと思い、抜かれないよう、ラインに気をつけて走りました。結局ゴールまで1位をキープしてゴールしました。

決勝

僕はもともと1コースが苦手でした。いつか克服しないとと思っていました。

僕はこのコースが1番得意なので多少出遅れてもカバーできると思い、苦手な1コースを選択しました。決勝が始まるというタイミングでまた太鼓の音が聞こえてきましたが、2本目みたいに集中していれば大丈夫と思い力まなないようにスタートに立っていました。

集中していたおかげかその太鼓の音は聞こえてこず、スタートはこの日で1番上手く出れました。第2コーナーまでミスなくこなすことができました。その瞬間自分のベストタイムを出したいと欲が出てしまい、その焦りで第3ストレートで少しミスをしてしまいましたが、最終コーナーからは落ち着いてこなしていき、そのまま1位でゴールする事ができました。



【レースを終えて】

今シーズンの目標の一つにしていたJunior Olympic Cupで優勝する事ができて素直に嬉しかったです。

ただ、このレースが全部上手くいったかと言われたらそうではないと思います。レース本番で全てを完璧に走るということは簡単なことではないと思いますが、ここぞの大事な場面で完璧に走れるようにしたり、ミスがあってもそれを最小限に抑えてリカバリーできる力を身につけていけるように、練習の時から、色々な場面を想定して走ったり、「この一本はノーミスで走る」と決めてから走るなど、自分自身にプレッシャーをかけて走ることをもう少し増やしていきたいと思います。



次のレースは5月の24日に行われるつくばのJ1です。

ライバルのホームトラックなので気を引き締めて次のレースも勝てるように頑張ります。