Race Report

- 第43回全日本自転車競技選手権 -

高崎　成琉

日時 : 2026年10月18日　天気 :晴れ
出場クラス : Boys15-16
レースの出場人数 :20人



【目標】　優勝、6連覇をすること

【結果】1-1-1 準決勝4位 決勝4位

【練習時間】　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

【練習日】
ここのスタートは電気で動いていて他のスタートに比べて遅いスタートでした。ですがタイミングを合わせるのに、大阪であったJ1シリーズでフォームを変えて失敗したので、今回はスタートのフォームを変えないことを1番意識して練習しようと思っていました。
この日の練習は以下のことを意識しました。
・スタートフォームを変えない
・各コーナーを通るときにラインを確認する
1回目の練習を終えて感じたことはスタートがあまり良くなかったということです。こなしの部分は良かったのですが、スタートのタイミングがあまり合っていないように感じたので、後半はスタートを中心に練習しようと思いました。



2回目の練習は以下のことを意識しました。
・スタートフォームを変えない
・ストレート2本分、3本分を走る
2回目の練習を終えて感じたことが2つありました。
1つ目はストレート3本分で走ってもリズムセクションだけで走るのとスピードがあまり変わらなかったので、他のコーナーより比較的に曲がりにくい最終コーナーでのライン取りが大事になってくると感じました。
2つ目はスタートの成功率です。2回目の練習でもあまりタイミングが合わず、最後の1本しか良いと思えるものがなかったです。この最後のスタートを次の日はずっとできるように、何回も動画を見返してイメージしました。

【レース当日練習】
この日の練習は公式練習20分という日程でした。
前日練習でスタートの調子があまり良くなかったので、この日の練習はスタートを中心に練習しました。1本目はコースチェックと体を慣らすために体を大きく動かしてゆっくり走りました。2本目以降からスタートが動き始めたので、前日練習の最後の1本を思い出しながら練習しました。練習を終えて動画を見ると、スタートの出方が良いときの出方をしていたので調子が良いと感じました。レースでもこの感覚で出たいなと思いました。



【レース本番】
予選1本目
スタートが良い感じに決まり、第1コーナーを1位で通過しました。第2ストレートはミス無くこなし、リズムセクションに1位で入りました。リズムセクションで少し前輪が引っかかってしまい、減速してしまいましたが、そのまま1位でゴールしました。
プッシュするタイミングが若干早かったと思うので、2本目以降は正しいタイミングでプッシュして加速させられるようにしようと思いました。

予選2本目
スタートはこの2日間で1番良いぐらい決まりました。第1ストレートの最後のコブで若干のミスはありましたが減速はせず、1位で第1コーナーを曲がりました。後ろを走っていた選手が予選ではあまり攻めて抜いてこない選手と分かっていたので、第2ストレートと第2コーナーはそこまで力を入れずに走り、体力を温存しました。リズムセクションでは2本目の反省を活かしてミス無くこなし、そのまま1位でゴールしました。第2ストレートで力を抜いて走っていたのに1本目よりタイムが速かったことにビックリしました。ミスをしないことの重要性を再確認した1本でもあったと思います。

予選3本目
3本目もスタートが上手くいきましたが、8ゲートからのスタートだったので第1コーナーで内側に入られないように内側に寄っていきました。第1コーナーを1位で通過し、第2ストレートをミス無く抜けました。その後もリズムセクション、最終ストレートとミス無く1位でゴールしました。2本目よりタイムが上がっていたので、今日いい感じだなと思いました。



準決勝

スタートした瞬間にペダルが外れてしまい、最下位スタートになってしまいました。すぐ付け直そうとしましたがなかなかペダルがハマらず、第1ストレートの1個目の手前でようやくハマりました。とりあえず焦らず1人ずつ抜いていこうと思い、全力で追いかけました。

第1コーナーで1人抜いて、7位で第2ストレートに差し掛かりました。第2ストレートで1人抜こうと思いましたが、内側が詰まっていて、外側から抜きに行くと第2コーナーで外に追い出されると思ったので、とりあえず後ろについて様子を伺っていました。そして第2コーナー手前で前の選手が外側に行ったので、第2コーナーで内側に入り、1人抜いて6位でリズムセクションに差し掛かりました。リズムセクションに入ってすぐ1人抜き、5位になりました。

5位になって前を見た瞬間絶望的に差が開いていたのですが、諦めるのはまだ早いと思い、全力で追いかけました。最終コーナーを曲がったときにはピッタリと4位の選手の後ろにつけたので、内側に切り込んでゴールライン目前で1人抜かして4位でゴールしました。テントに着いてシューズの裏を確認すると小石が挟まっていたので、アンラッキーだったなと思いましが、その中でも4位に入って決勝に上がれたことで物凄く気持ちが上がりました。





決勝

ゲート選択は後ろから2番目でした。7コースと8コースが空いていて、外側からのプレッシャーがない8コースを選択しました。スタートは若干前輪が浮いてしまったのですが、物凄く悪いゲートではなかったです。1個目が終わった時点でほぼ横一線でした。1番外にいたので2個目で前に出て、内側に寄せていこうと思いましたが、2個目のタップで少し力が横に逃げてしまい、後輪が暴れて減速してしまいました。第1コーナーを5位で抜けて、第2ストレートもそのまま5位でリズムセクションに入りました。

リズムセクションで前の選手が外側に行ったので内側に行き、最終コーナーで1人抜きました。最終ストレートで前の2人を抜こうと思いましたがスピードが足りず、抜くことができませんでした。



【レースを終えて】
今回のレースは6連覇がかかっていたのと最近のレースで負けが続いていたので、この負けは自分の中で物凄く悔しかったし責任を感じたレースでした。
どれだけミスをしないことが重要なことなのかを知れたレースでもあったし、後ろから行くのが苦手という意識だったけど準決勝であの走りができたので、成長できたレースでもあったと思います。
今後は練習の時から常に丁寧に走ること、ミスをした場合でもすぐにリカバリーする意識を持つことで、より精度の高い走りができるようにしていきたいと思います。苦手だと思っていたことも、いざとなればできるんだということがわかったので、苦手なことに対して思い込みすぎないことも大切にしたいです。また、結果が出ないことでメンタル的に落ちていた部分もあったと思うので、今一度自分を信じて精一杯取り組んでいきたいと思います。
昨年の怪我続きの一年から、ようやく身体的には良い感覚が戻りつつあるかなという状態になってきました。地道にやってきていることは着実に成果が出てきていると思うので、来シーズンは結果もついてくるように、もっとレベルアップして帰ってきます！

