



# 全日本トライアスロンクラブ会報

2023年 7月号

ATC-HP : <http://atc-triathlon.com/html/> E-Mail : [swim.bike.run-aoki@ezweb.ne.jp](mailto:swim.bike.run-aoki@ezweb.ne.jp)

事務局 : 〒140-0014 東京都品川区大井1丁目52番5号 留守番/FAX : 03-5709-5599

## ☆ 2023世界トライアスロンシリーズ 横浜大会 ☆

一般選手達のスタンダードの部の前日に、男女のエリートの部が行なわれた。

2021年7月の東京オリンピック大会では、日本人勢は男子が14位、19位で、女子は18位と途中棄権となり、8位入賞や、1桁ゴールにはならなかった。

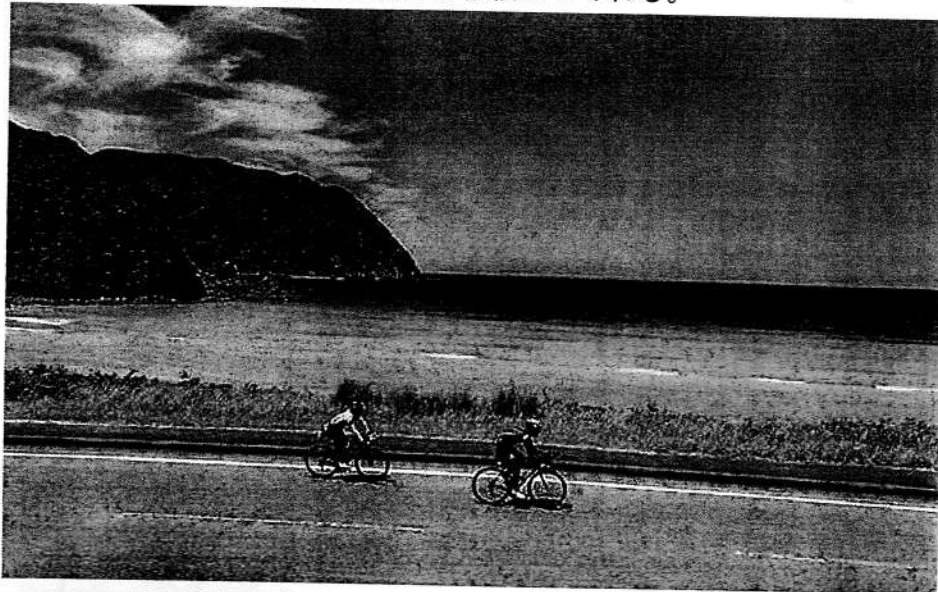
その2年後のこの横浜大会では、世界の趨勢を測るには良い機会だ。男子の部では、オセアニア勢やヨーロッパ勢が上位を確保していた。女子の部では、無名のメキシコ選手が2位入賞を果たして、アメリカ勢やヨーロッパ勢の上位陣に割り込んで来た。日本勢は男子が、11位、19位、24位、女子は、29位、39位、47位と、東京五輪からは進化が止まっている。

1年後のパリオリンピック大会に向けて、男女3名ずつの参加枠の確保に向け、これからのシリーズ戦を戦ってほしいものです。

一般のスタンダードの部には、会員が8名参加して、女子の40才の部と、50才の部で、2位入賞をはたした。その他の会員達も、それぞれのタイムで完走した。

## ☆ 2023五島長崎国際トライアスロン大会 バラモンキング ☆

まだ梅雨が明けていない6月18日に、自然豊かで風光明媚な長崎県五島列島で行われた。辿り着くのに交通の便利が悪いのを、景色の良さが相殺してくれる。



当日天候は曇り、湿度は高いものの気温が高くなくてどうにか過ごしやすいかった。スイム終了後のバイクの距離が短縮されて残念がっていた選手達もいたが、バイクが苦手な選手達は喜んでた。宮古島、徳之島、佐渡島などでは、登り降りの坂道があり、バイクコースにメリハリを付けている。そして、向かい風追い風があいまって、坂道を楽しんで走って行ける。

ランに移ってからは、会員達はペースを刻んでゴールテープを切っていた。Aタイプでは、1人がランの半分で棄権したが、Bタイプでは、Aタイプの優勝者よりも40分も時間をかけてゴールしていた。

Bタイプは49才エイジで2位入賞と、70才エイジで1位入賞に輝いた。

五島市福江島からは時間をゆっくりかけて、会員達は帰路に着いた。

## ☆ ATCカップ大会 ☆

昨年は直前の台風襲来によって、バイクコースを半分の41キロに短縮して行われた。

8月中の台風は珍しいので、今年は台風が接近しない事を願っています。

真夏の暑い時に参加して、各地の暑い大会の参考にしてください。

今現在、参加者は例年の70%で芳しくありません。会員の積極的な参加をお願いします。

参加が不確かな人は、当日参加を考えてください。

## ☆ 合宿 ☆

5月、6月に続いて、8月19日、20日に千葉県富津市にて開催します。

コースは、鹿野山、清澄山、鴨川市、安房小湊海岸、養老溪谷、久留里、です。

土曜日、日曜日ですが、都合により土曜日の日帰りでも可能です。

申込先係に連絡して下さい。

## ☆ 会員継続のお願い ☆

「nnn-2023-06」、「nnn-2023-07」、「nnn-2023-08」の会員の方々は、

今年の6月、7月、8月、が有効期限です。会の存続の為に、会員の皆様のご協力をお願いします。

銀行振り込みは下記にてお願いします。年会費、大会参加費もこの銀行にてお願いします。

三菱UFJ銀行 = 大井支店 : 普通 : 0250381

みずほ銀行 = 大井町支店 : 普通 : 2061499

ゆうちょ銀行 = 記号 : 10190 番号 : 72376601

2023 世界トライアスロンシリーズ 横浜大会  
スタンダード

2023年5月14日

総合 順位	氏名	支部	年齢	総合時間	スイム:1.5Km	バイク:40Km	ラン:10Km	エイジ 区分	男子 順位	女子 順位
1	松浦 達也	広島県	26	1:58:22	0:19:52	1:02:18	0:32:57	25-29M	1	
2	久山 司	大阪府	27	1:58:33	0:23:35	1:01:33	0:30:14	25-29M	2	
3	望月 佐夢	埼玉県	27	2:00:38	0:21:34	1:03:39	0:32:42	25-29M	3	
4	駒野 悠太	神奈川県	41	2:02:14	0:22:52	1:03:06	0:33:13	40-44M	1	
5	壁谷 華太	東京都	25	2:02:42	0:23:28	1:03:18	0:32:53	25-29M	4	
6	橋本 悠輝	神奈川県	24	2:02:47	0:21:21	1:06:02	0:32:41	20-24M	1	
7	渡邊 優介	栃木県	38	2:03:02	0:25:17	1:02:30	0:32:11	35-39M	1	
8	若菜 和彦	神奈川県	29	2:03:25	0:21:45	1:03:49	0:34:41	25-29M	5	
9	橋本 力輝	学連	20	2:03:41	0:19:40	1:07:36	0:33:09	20-24M	2	
10	鮫嶋 浩生	鹿児島県	31	2:03:42	0:21:15	1:05:17	0:34:06	30-34M	1	
11	大井 智仁	東京都	25	2:04:14	0:22:16	1:04:30	0:34:14	25-29M	6	
12	下野 善弘	兵庫県	46	2:04:17	0:24:00	1:02:20	0:34:55	45-49M	1	
13	杉原 啓佑	神奈川県	30	2:04:38	0:21:04	1:07:00	0:33:47	30-34M	2	
14	亀井 健太	神奈川県	42	2:05:21	0:27:23	1:02:26	0:32:37	40-44M	2	
15	梅田 裕也	沖縄県	40	2:05:25	0:21:06	1:05:20	0:35:38	40-44M	3	
16	浅井 邦人	静岡県	43	2:06:03	0:23:11	1:03:41	0:36:06	40-44M	4	
17	奥平 竜司	神奈川県	35	2:06:08	0:21:13	1:03:55	0:37:55	35-39M	2	
18	後藤 公成	埼玉県	41	2:06:33	0:21:52	1:06:07	0:35:44	40-44M	5	
19	星野 輝	千葉県	26	2:07:28	0:24:37	1:06:50	0:33:13	25-29M	7	
20	西内 洋行	兵庫県	48	2:07:44	0:22:13	1:08:16	0:33:24	45-49M	2	
84	敦賀 礼	東京都	40	2:17:33	0:27:48	1:09:13	0:35:52	40-44M	12	
150	及川 究	371	39	2:23:19	0:25:48	1:13:22	0:40:18	35-39M	21	
214	山崎 裕子	652	42	2:28:27	0:31:05	1:12:47	0:40:58	40-44F	2	
260	熊木 敏	189	59	2:31:47	0:31:59	1:13:20	0:41:36	55-59M	20	
283	徳永 律	624	61	2:33:15	0:33:37	1:12:17	0:40:58	60-64M	15	
296	萩原文子	660	57	2:33:45	0:28:43	1:15:53	0:45:40	55-59F	2	
329	大谷 剛	653	53	2:35:29	0:32:04	1:13:32	0:45:10	50-54M	45	
388	内田 英良	186	57	2:38:07	0:34:27	1:14:53	0:43:00	55-59M	33	
871	京谷 信一郎	148	66	3:08:42	0:37:52	1:30:38	0:51:28	65-69M	22	

2023年5月13日

エリート 男子

総合 順位	氏名	国籍	年齢	総合時間	スイム:1.5Km	バイク:40Km	ラン:10Km	所属
1	ヘイデン ワイルド	ニュージーランド		01:42:13	00:17:26	00:53:57	00:29:30	
2	マシュー ハウザー	オーストラリア		01:42:17	00:17:13	00:54:13	00:29:29	
3	バスコピラサ	ポルトガル		01:42:18	00:17:22	00:53:59	00:29:24	
4	ドリアン コナン	フランス		01:42:22	00:17:17	00:54:07	00:29:38	
5	レオ ベルジェール	フランス		01:42:26	00:17:17	00:54:02	00:29:45	
6	アドリアン プリフォ	スイス		01:42:37	00:17:45	00:53:38	00:29:52	
7	イェール ジーン	ベルギー		01:42:42	00:17:47	00:53:34	00:30:00	
8	クリスティアン フルンメンフェル	ノルウェー		01:42:48	00:17:54	00:53:20	00:30:02	
9	チョンゴル レーマン	ハンガリー		01:42:53	00:17:21	00:54:00	00:30:05	
10	ヘンリ スクーマン	南アフリカ		01:43:01	00:17:22	00:54:04	00:30:10	
11	ニナー 賢治	山梨		01:43:08	00:17:15	00:54:09	00:30:22	NTT東日本・NTT西日本/山梨
12	ベトレ バリスピクトーン	ノルウェー		01:43:22	00:17:26	00:53:58	00:30:35	
13	マーテン ファンリール	ベルギー		01:43:25	00:17:20	00:54:04	00:30:37	
14	ミゲル イダルゴ	ブラジル		01:43:25	00:17:27	00:53:57	00:30:37	
15	タイラー ミスローチャック	カナダ		01:43:27	00:17:24	00:54:00	00:30:39	
16	セス ライダー	アメリカ		01:43:28	00:17:23	00:53:54	00:30:44	
17	ヨナス ショームブルク	ドイツ		01:43:29	00:17:12	00:54:21	00:30:38	
18	シルバン フリドランス	スイス		01:43:34	00:17:19	00:54:05	00:30:47	
19	北條 巧	東京		01:43:36	00:17:25	00:53:50	00:30:53	NTT東日本・NTT西日本/東京
20	ジモン ベスターマン	スイス		01:43:49	00:17:33	00:53:49	00:31:06	
24	小田倉 真	東京		01:44:01	00:17:41	00:53:39	00:31:11	三井住友海上/東京
28	古谷 純平	東京		01:44:33	00:17:39	00:53:48	00:31:45	三井住友海上/東京
30	佐藤 錬	鹿児島		01:45:20	00:17:45	00:53:41	00:32:32	玉昌会/鹿児島
40	安松 青葉	東京		01:47:11	00:18:16	00:55:47	00:31:43	アクサスホールディングス/東京
46	内田弦大	滋賀		01:49:09	00:18:11	00:55:50	00:33:43	滋賀県スポーツ協会/滋賀



フィリピンアイアンマントライアスロンに出場してきました。毎年一回はトライアスロンをやるのですが、今年は4年ぶりの大会となりました。

フィリピンアイアンマンといっても、やるのはスービックベイという昔米軍の海軍基地があったところ。マニラからバスで渋滞を抜け4時間。成田からマニラまで4時間ですから結構な移動時間。4年前は気温42℃の中のサバイバルでした。

結局は、完走することはかなわず。能力の低下を突き付けられたことになりま。気温もそれほど上がらなかったのではなさ。それでも希望というか、”この点を改善できれば・・・”との収穫を得ることもできました。

アイアンマン競技は、スイム4K弱、自転車180K、その後フルマラソン42Kを行います。制限時間は17時間。

朝7時スイムスタート。私は、海が荒れ潮の流れが悪かったこともあり2時間かかりました。

次の自転車は高速道路の一部を封鎖したコースでもあり、淡々とした走りで7時間40分。後半ボーとしてたんでしょね。壁に接触。バイクシャツの腕のところがボロボロ。手には裂傷。でもバイクは無傷でした。

問題は次のランです。情報では70～74歳のカテゴリで参加者は私一人。完走すればトライアスリートが最終目標としているアイアンマンチャンピオンシップ出場権を手に入れることができます。

朝7時にスタートしていますから夜の12時までにゴールすれば完走となります。私は35歳の時にトライアスロンをはじめ、すぐそのとりにこになり、39歳でチャンピオンシップのハワイの大会に出ることができました。それ以来30数年、毎年ハワイ出場の権利を得るための予選に出続け、そして跳ね返されてきました。今回はやっと巡ってきたチャンス。残りのランを7時間半で走れば良いこととなります。

3年前だったら楽勝だったのですが、その頃スポーツ性の痛風を発症し、みるみる走れなくなりました。今回のレース中どこも痛いところはなかったし、ガス欠でもなかった。

でも、走りきることはできなかつた。身体のせいではない。走りながら ”7時間もあるんだから少しは歩いてもいいんじゃない” と思ったら歩いてた。いかんイカンと気づき雨の中真っ暗なコースを走り始める— すると、いつのまにかまた歩いている。この繰り返し。ずるずると時間オーバーに近づいていった。

ランは10Kを4周するコースで、3週目が終わった時点で10時半。もう1周まわったら12時を過ぎることがわかり、あきらめるしかなかった。

結局気持ちの問題で、苦しいときに自分を励まし、あるいは自分をだます術が必要とされていた。どうやら自分の感情をコントロールする訓練が私の課題のようです。

この前新聞読んでいたら、スポーツの一流選手は運動能力だけでなく自己コントロールがうまいのだ、との記事がありました。ボクシングの村田選手はいつも頭の中で「村田会議」をやってるそうです。 ”今自分はどんな気持ちで、それはいいのか悪いのか。悪ければどのように直していくのか” を頭の中で討議する。これは何のことはない、スポーツだけじゃなく生きていくうえで必要とされる技術。72歳にもなってやっと気づく。

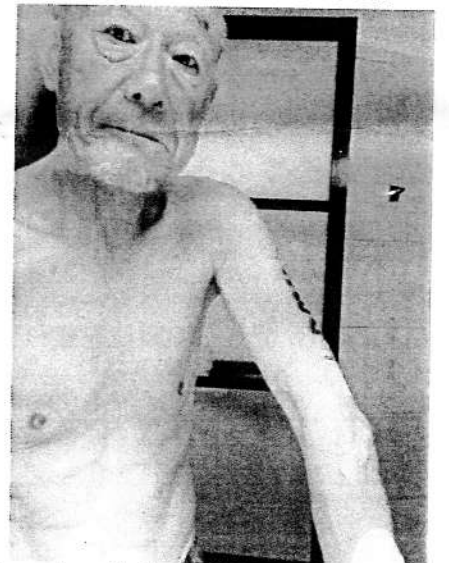
知り合いに整骨院を紹介され、身体の不調の原因は背骨のゆがみではないか、との指摘を受けた。そのゆがみを直せば全体的な改善に向かうかもしれない、ともいわれた。

さらに考えるに、長年にわたる酷使で筋や骨が硬直化し、筋肉の収縮力が出にくくなってるのだろう。

ここは競技生活をいったんタナにあげ、治療に専念してみるか、と今思案中です。

一步後退、二歩前進

2023/6/15





久しぶりに五島でトライアスロンを楽しんで来ました。但しタイムは、スイム1.6K=34分、バイク101K=4時間55分、ラン21K=3時間25分。合計8時間55分で228名中201位でビリに近いですが、やり切った感は有ります。其れは今回の大会は、バイク輸送について様々な制限が後出しジャンケン様に出され、参加するまでにその対応に苦慮したからです。

5月中旬、大会事務局から宅配業者は西濃、ヤマトに限定され、キャスター付きのシーコンは取り扱わず、市民体育館に配達が集約されるという連絡が有りました。バイクをどうやって運ぶか、シーコンで長崎迄行ってフェリーに乗るか？ でもフェリーは便は少ないし、3時間以上かかるしなあ。

結局、大会側指定の西濃運輸にしましたが、荷物の引取り期日が5月30日、大会が6月18日ですので、この間バイクに乗れないし、どんな状態で保管されるかも判らないので一抹の不安は有りました。最後に、集積場所の体育館から宿までの運搬方法に疑問が残りました。事務局に問い合わせると、その場で開梱しバイクを組立て、宿迄行ってくださいとの回答でした。これにはビックリ。ウエットスーツ等様々荷物が有るので、宿との間を何回も往復しろという事かと思いました。しょうがないのでタクシーを予約し、体育館から宿まで運んで貰い、レース後の月曜日も、逆コースをお願いしました。タクシーは余り見当たらなかったの、他の方はどうされたのでしょうか？

レースについて簡単に触れます。スイムは若干自信が有ったのですが、スタート直後からバトルに巻込まれ、暫くは頑張ったのですがその内呼吸が苦しくなりました。あ、ヤバいと思い集団から外れ仰向けになり、バックで凌ぎました。ウエットスーツのお陰でプカプカ浮いて呼吸が楽になった頃に又クロールに戻るといふのを何回か繰り返す内に、普通に泳げる様に成りましたが、スイム終了してバイクトランジションに移るときに両側のバイクがもう無いので、あー先越されたなあと少しがっかりしました。

バイクは五島特有のアップダウンの繰り返しで、きつい上りを喘いで漕いで、下りを安心して突っ込める事が出来るのは、危険な箇所は必ず養生を施してくれているコースディレクターの山本さんのお陰だと何時も感謝しています。

ランで失敗したのは、背中のポケットに補給食を入れたまま走り出した事です。元々、ランではバイクの凝りをほぐす為に最初は歩こうと思って居たのですが、ポケットの羊羹とパワーバーが背中に当たり違和感があり、捨てようかとも考えましたがもったいないし、ゴミを捨ててはいけなないと考え直し、最初のエイドで羊羹とパワーバーを水と共に飲み下しました。背中也軽くなり走り出しましたが、又上り坂です。坂は上りも下りも足に負荷がかかるので、なるべく走りたくないのです。しかし、五島の平坦な場所が少ないので結局歩き続ける事に成りましたが、制限時間内にはゴール出来る目途は有ったのでマイペースで進みました。堂崎駐車場を折り返し福江の街が近づいて来ると、あーやっとゴールだと嬉しくなりました。

フィニッシュ近くでは、ボランティアの高校生達とハイタッチし、ゴールテープを高々と掲げるお決まりのポーズでレースを終了しました。

我々の道楽を支えてくれた大会関係者、ボランティアの方々には感謝しかないですが、バイク輸送については改善の余地が多々あると思います。

更に五島の皆様、特にヒロシ商店の山田夫人やにしき荘のおばちゃんには大変お世話に成りました。

ヒロシ商店の沿道での応援は五島の名物で何時も力づけられます。

にしき荘のおばちゃんには宿泊もしていないのに朝ご飯を食べさせて貰いました。心から御礼申し上げます。

次の大会は佐渡ですが、その前の8月にマスターズ世界水泳のOWS3Kに出ます、此れも楽しみです。今後も無事は名馬をモットーに競技を続けたいと思って居ます。

☆ 2023年 合宿 (各合宿とも、1週間前迄には担当者に連絡の事。)

月	日	宿泊場所	練習場所 練習内容の特徴	定員 費用(1泊2食) 問合せ・申込先
8	19日(土) 20日(日)	千葉県、富津市 『釣宿さざ波館』 (鉾泉)	鹿野山、清澄山、鴨川、小湊、 養老溪谷、久留里  2週間後の「佐渡大会」にぴったりのバイク& ラン合宿です。 ここで頑張れば、本番の「小木の坂」は、軽く クリアする事でしょう！ 尚バイクが遅い方でも、亀チームとして参加 できますので、ご安心ください！	10名 ¥13,000円 (日曜、夕食付) 直 修司



57歳にもなると、トライアスロンの成績は右肩下がり。がばれるうちに多くの大会に出場したいと思い、積極的に大会エントリーしている。目標は前年を少しでも上回ること。

5月は横浜大会（スタンダード）、6月は彩の国大会（ミル）、日産カップ神奈川大会（スタンダード）、五島長崎大会（ロングAタイプ）に出場した。

昨年の横浜大会は、痛風の病み上がりで散々な成績だった。なので、昨年を余裕で上回ると思ったものの、スイムは昨年より遅く、バイク、ランで取り返したが、5分弱しかタイムを縮めることができなかった。

昨年の彩の国大会は、バイクトラブルで重めのギアでしか走れなかったため、今年は前年クリア確実と思ったものの、なんとバイクのタイムは昨年より悪く、トータルで2分遅いという残念な結果に。私は重めのギアの方が向いているのだろうか。

神奈川大会は、昨年からスイム、バイクで遅れ4分遅い結果となった。TTバイクを五島に送ったため、古いロードバイクで出場したが、昨年のTTバイクのタイムから少し遅いだけだった。私くらいのスピード域だとエアロ効果はほとんどないということなのだろう。何のためのTTバイクなのか、ちょっとショックだった。

五島長崎大会は3回目。これまでアイアンマンディスタンスだったが、今年からスイム、バイクが短くなった。2018年は1時間34分でゴールし、自分のロングのレースの中でうまくいったほうだった。それから5歳年をとったが、距離が短いので、2018年のペースを目安にスイム3kmを1時間、バイク155kmを5時間30分、ラン42kmを3時間50分の10時間20分とした。

大会当日は曇り。前夜の雨も会場に着いた頃にはあがった。気温も高くなく、悪くないコンディションだった。朝7時にスイムスタート。港の中だが透明度が高いので、ちょうどいいペースで泳いでいる人を見つけては、斜め後ろについて泳いだ。これでヘッドアップを減らして、楽に泳ぐことができた。スイムアップは1時間1分。目標よりだいぶ遅れたが、苦手なスイムは気持ちよく泳げればそれでよし。とはいうものの、ここ数年、スイムは年々遅くなっている。練習しても速くならないとあきらめていたが、もう少し練習しないとちょっとまずいかもしれない。

バイクはアップダウンが続く苦手なコース。過去2回共、上りで脚が削られ、終盤にペースが落ちていった。どうにかしたいと思っているものの、バイクのトレーニングはほとんどがインドアで、ロングライドなどロングの大会の時くらい。当たり前のように、今回も後半にバテて、見事にペースダウン。バイクは5時間35分でフィニッシュした。この時点で目標から12分遅れている。



ランで取り返すとなると3時間40分を切らないといけませんが、これは実力的に絶対にあり得ない。3時間50分ペースで行こうと判断した。

ランは少しアップダウンはあるものの、そんなに厳しいコースではない。ただ、午後になって日が射すこともあって、暑さが気になりだした。エイドで頭から水をかけてもらって暑さをしのいだ。しかしながら、8月のATC大会の猛暑に比べれば、何てことはない

（今年のATCは都合がつかず出場できないのが残念）。

15kmあたりまではキロ5分30秒くらいでほぼ目標ペースだったが、そこからずるずるとペースダウン。4時間5分かかってしまった。バイクもランもペースダウンしてゴールというのが肉体的にも精神的にもつらい。4時間ペースで余力があればペースアップという配分にするべきだった。トータル10時間47分57秒。目標から28分も遅れる結果となった。総合は102位、年代別は8位。

5月、6月のレースはなかなか目標通りにはいかなかった。年齢的に仕方ないかもしれないが、あきらめずにチャレンジしていこうと思う。次のロングは佐渡Aタイプ。昨年は不調で13時間近くかかったので、今年はリベンジしたい。

## ☆ その他の競技会、大会、大会参加ツアー

※（各大会・競技会に参加した方々は、積極的に感想文を投稿していただく事を御願い致します。）

添付ファイル(Word,Excel,等)付きで右メルアドに送付願います。宛先:岡伸夫[nobuo.oka@nifty.com]

～ 五島長崎トライアスロン大会 Bタイプ, エイジ優勝 & 開幕からトライアスロン大会6連勝 ～

地方支部 川崎 潔

4月のATCデュアスロン大会では、ボランティアの皆様にご世話いただいて有難うございました。

制限時間ギリギリでパーフェクト完走と喜んでいたら、トラジットタイムを加算するのを忘れて、タイムオーバーという苦い経験でした。

トラジットを速くするにはどうする??と考えて今年度は、JTU公認のショートポイントランキング戦にたくさん出ようと考えました。タイミング良く、今年からスタンダードだけでなくスプリントでも多くのポイントを獲得して、年間ランキングの上位に付けば宮崎エイジ日本選手権に出られる事になりました。大きなモチベーションアップです。

初戦は4月9日の石垣島スタンダードです。大本命の選手が落車して、棚ぼた式にエイジ優勝が転がり込んできました。優勝すれば1000ポイント獲得です。

第2戦は、5月14日の横浜スプリントです。スイムで出遅れたけれども、バイク、ランで巻き返してエイジ優勝。スプリントのランキングでも1000ポイント獲得。

第3戦は、5月28日、潮来スプリント。エイジ優勝。

第4戦は、6月3日、愛南スタンダード。エイジ優勝。

第5戦は、6月11日、万博スプリント。エイジ優勝。

この時点で、積算ポイントが、スプリントで3000ポイント、スタンダードで2000ポイントに達して、両部門で、70歳から74歳の部でエイジのランキングトップになりました。



24歳の若手

本人70才

45才の元優勝者

練習仲間

そして迎えた6月18日は、ミドル大会の五島Bです。

毎週のように短い大会に出て、ゼーゼーと喘ぎながら、泳いで、漕いで、走った。疲労を抜く為に、五島はゆっくりとしたペースで、3種目を楽しむ方針でのぞみました。

スイム1.6キロは、バトルを避けてアウトコースを、大回りの32分35秒。

バイク101キロは、海岸線の綺麗な景色を眺めながら、3時間48分0.9秒。

ラン21キロは、練習仲間たちと声掛け合いながら、2時間14分04秒。

トータル6時間34分48秒でゴールして、総合順位は228人中75位。

エイジでは、五島でも1位を獲得して、開幕から6連勝となりました。

しかしながら、このバイクタイムやランタイムでは、春のATCデュアスロン大会の制限時間を完全にオーバーしてしまいます。

来年こそは、『日本一高齢者に、厳しいATCデュアスロン大会』の、パーフェクトの完全完走賞を目指して、さらに精進します。



バイク練習会風景



榎本牧場

2023 五島長崎 International Triathlon [ A type ]

出場者数 : 534名 完走者数 : 437名 完走率 : 81.8% 2023年6月18日  
 天候:曇 風:東/3.2m 気温:25.5℃(最高) 水温:nn.n℃ 湿度:91%

総合 順位	氏名	支部	年齢	総合時間	スイム: 3.0Km	バイク: 154.8Km	ラン: 42.2Km	エイジ 区分	エイジ 順位	女子 順位
1	久山 司	大阪府	27	8:15:07	0:47:07	4:22:37	3:05:23	M25~29		
2	大石 一博	愛知県	25	8:26:16	0:43:33	4:29:32	3:13:11	M25~29		
3	長辻 肇	東京都	50	8:28:14	0:49:42	4:25:24	3:13:08	M50~54		
4	宅間 徹	京都府	35	8:37:42	0:45:38	4:35:40	3:16:24	M35~39		
5	石田 涼	大阪府	28	8:42:12	0:47:10	4:29:33	3:25:29	M25~29		
6	西内 洋行	兵庫県	48	8:53:41	0:43:32	4:58:28	3:11:41	M45~49		
7	奥野 浩之	大阪府	43	8:54:58	0:52:34	4:30:53	3:31:31	M40~44		
8	浜田 裕介	東京都	37	8:55:58	0:55:38	4:36:49	3:23:31	M35~39		
9	浅井 教夫	鳥取県	47	9:09:24	0:58:58	4:51:50	3:18:36	M45~49		
10	瀬古 尚彦	群馬県	34	9:09:44	0:57:04	4:36:00	3:36:40	M30~34		
11	本田 浩輝	大阪府	25	9:14:16	0:55:30	4:51:05	3:27:41	M25~29	1	
12	杉尾 秀章	宮崎県	44	9:15:09	0:58:10	4:58:24	3:18:35	M40~44	1	
13	川越 勝仁	鹿児島県	48	9:18:15	0:58:19	4:43:15	3:36:41	M45~49	1	
14	矢野 透	京都府	36	9:23:09	1:03:50	4:49:25	3:29:54	M35~39	1	
15	大西 智広	兵庫県	42	9:24:00	0:56:27	4:52:07	3:35:26	M40~44	2	
29	敦賀 礼	神奈川県	40	9:49:07	0:55:35	5:16:20	3:37:12	M40~44	6	
45	小早瀬 幸枝	神奈川県	46	10:10:26	1:10:28	5:15:21	3:44:37	W45~49		1
61	佐川 泰久	003	50	10:19:24	0:57:14	5:15:26	4:06:44	M50~54	9	
64	須崎 とも	東京都	37	10:20:55	1:01:08	5:21:46	3:58:01	W35~39		2
71	市川 典子	東京都	40	10:26:56	0:58:29	5:33:26	3:55:01	W40~44		3
89	小田 邦裕	240	56	10:40:38	0:53:05	5:53:05	3:54:28	M55~59	6	
90	笠井 純子	東京都	52	10:41:13	1:15:00	5:24:17	4:01:56	W50~54		4
97	原田 昌美	福岡県	46	10:45:08	1:09:55	5:37:43	3:57:30	W45~49		5
102	内田 英良	186	57	10:47:57	1:07:06	5:35:46	4:05:05	M55~59	8	
128	山崎 裕子	652	42	11:12:11	1:03:23	5:33:58	4:34:50	W40~44		8
155	大柿 強	東京都	54	11:22:49	1:07:41	5:18:29	4:56:39	M50~54	27	
174	片岡 宏介	福岡県	65	11:35:14	1:08:06	5:54:32	4:32:36	M65~69	1	
DNF	前田 治男	025	69		1:14:39	6:37:56	4:17 21km	M65~69		

2023 五島長崎 International Triathlon [ B type ]

出場者数 : 232名 完走者数 : 228名 完走率 : 98.3% 2023年6月18日

総合 順位	氏名	支部	年齢	総合時間	スイム: 1.6Km	バイク: 101.7Km	ラン: 21.1Km	エイジ 区分	エイジ 順位	女子 順位
1	竹川 博	佐賀県	31	5:02:57	0:24:40	3:02:38	1:35:39	M30~34		
2	後藤 謙仁	岐阜県	43	5:05:03	0:25:42	2:58:08	1:41:13	M40~44		
3	堀田 昇世	長崎県	31	5:06:31	0:23:44	3:15:41	1:27:06	M30~34		
4	佐々原 亮一	佐賀県	45	5:16:24	0:33:03	3:05:15	1:38:06	M45~49		
5	笠井 歩	東京都	48	5:16:26	0:30:51	3:08:05	1:37:30	M45~49		
6	ハーステプル ティム	東京都	55	5:16:47	0:28:41	3:04:17	1:43:49	M55~59	1	
7	中馬 東彦	熊本県	53	5:17:45	0:22:15	3:14:15	1:41:15	M50~54	1	
8	白庄司 敏之	東京都	48	5:18:06	0:26:42	3:07:36	1:43:48	M45~49	1	
9	菊地 栄紀	東京都	56	5:24:36	0:27:17	3:06:58	1:50:21	M55~59	2	
10	東條 俊二郎	東京都	44	5:24:55	0:24:59	3:09:48	1:50:08	M40~44	1	
11	山口 大貴	佐賀県	44	5:26:25	0:31:26	3:08:08	1:46:51	M40~44	2	
12	西原 大輔	028	49	5:26:50	0:28:45	3:17:44	1:40:21	M45~49	2	
13	月川 一彦	東京都	44	5:27:30	0:32:32	3:12:40	1:42:18	M40~44	3	
14	石川 眞一郎	東京都	54	5:28:08	0:26:42	3:11:35	1:49:51	M50~54	2	
15	高橋 順一	栃木県	54	5:31:06	0:26:40	3:13:01	1:51:25	M50~54	3	
25	中村 真結	東京都	29	5:44:51	0:24:44	3:31:47	1:48:20	W25~29		1
27	林 摩耶	大阪府	39	5:48:30	0:28:54	3:19:17	2:00:19	W35~39		2
33	刀禰 ななえ	福岡県	34	5:54:13	0:30:12	3:28:19	1:55:42	W30~34		3
35	福嶋 淳子	熊本県	45	5:54:59	0:27:46	3:40:18	1:46:55	W45~49		4
45	松村 美雪	大阪府	41	6:04:08	0:34:57	3:39:34	1:49:37	W40~44		5
50	新倉 英之	東京都	53	6:07:13	0:26:53	3:46:03	1:54:17	M50~54	11	
63	西澤 貴司	367	52	6:24:16	0:34:40	3:40:21	2:09:15	M50~54	14	
75	川崎 潔	907	70	6:34:48	0:32:35	3:48:09	2:14:04	M70~74	1	
210	福岡 喜正	244	71	8:55:39	0:34:26	4:55:52	3:25:21	M70~74	13	

総合順位	氏名	国籍	年齢	総合時間	スイム:1.5Km	バイク:40Km	ラン:10Km	所属
1	ソフィー コールドウェル	イギリス		1:53:32	0:18:38	0:59:31	0:33:53	
2	ロサ マリア タピア ビダル	メキシコ		1:53:49	0:18:47	0:59:27	0:34:08	
3	テイラー ニブ	アメリカ		1:54:02	0:18:37	0:59:29	0:34:17	
4	テイラー スパイビー	アメリカ		1:54:14	0:18:43	0:59:24	0:34:35	
5	ケイト ウォー	イギリス		1:54:20	0:18:38	0:59:35	0:34:39	
6	マーヤ キングマ	オランダ		1:54:40	0:18:35	0:59:33	0:35:00	
7	ジョージア テイラー ブラウン	イギリス		1:54:48	0:19:06	1:00:34	0:33:35	
8	カーステン カスパ	アメリカ		1:55:03	0:18:41	0:59:35	0:35:19	
9	エマ ロンバルディ	フランス		1:55:10	0:19:15	1:00:29	0:33:58	
10	サマー ラパポート	アメリカ		1:55:30	0:18:36	1:01:11	0:34:11	
29	佐藤 優香	山梨		1:56:53	0:19:01	1:00:39	0:35:40	トーションパートナーズ、 NTT東日本・NTT西日本、 チームケンズ/山梨
39	高橋 侑子	東京		1:58:37	0:19:43	1:01:49	0:35:25	相互物産/東京
47	福岡 啓			2:01:21	0:20:34	1:01:07	0:38:04	オクタケグループ/福井
52	池野 みのり			2:07:52	0:19:15	1:04:37	0:42:27	S AGA SPORTS PYRAMID/佐賀
DNF	中山 彩理香				0:19:37	1:02:03		アクサスホールディングス/東京
LAP	井出 樹里				0:19:34			鹿児島県トライアスロン協会/鹿児島

## ☆ 合同練習会

月日	担当	内容	時間
8/5 (土)	全支部	彩湖大会会場整備。会場周辺の案内看板とバイクコース、ランコースのカラーコーン設置。 (大会当日は、終了後に設置者が回収。) バイクラック会場の草刈、木の枝始末、水位の確認。 バイクコース、ランコースの下見、試走。工事等の有無を点検。 (7名のボランティア募集。準備の都合上必ず連絡をお願いします。) 担当者:吉野信比古	9:00~13:00
8/12 (土)	全支部	ATCカップ大会(彩湖道満グリーンパーク) 受付机、テント設置、バイクラック、ネットの設置。 ゴールゲート、スイムゴール、バイクスタート幕、ランスタート幕 バイクコースのカラーコーン、折り返しパーナー、 ランコースのカラーコーンの設置。 選手への案内:30分前にスイム会場へ誘導。	6:30~16:00
10/8 (日)	神奈川	横浜山下公園周辺ランニング練習会 集合場所:みなとみらい線元町中華街駅の 山下公園、中華街側出口ロッカー室 [終了後入浴、中華街にて食事] 担当者:川原田智 Mail:	9:00~13:00
11/12 (日)	城南	大田区多摩川六郷緑地公園 2.5km周回コース「360分走」 エイド機設置、テント組立、大時計設置 集合場所:京浜急行 六郷土手駅 下車3分 ※遅れて来ても、早く帰っても、自由な大会です。6時間の間で、 40km、42.195km、45km、50km、60kmを走って下さい。 入浴:銭湯照の湯(¥460) 担当者:鈴木直司 [ ]	9:00~15:30 15:30~16:30

※ 非会員の方々も参加可能です。御希望の方は、HPの「お問合せ」で申込み願います。

ATCのホームページが一般公開されています。 ==> URL : <http://www.atc-triathlon.com/html/>  
ATC会員以外は公開部分のみの限定されたアクセスのみになり、  
会員はその公開部分に加えて非公開部分(ATC会員専用ページ)にもアクセス可能です。  
非公開部分にアクセスするには、会員の為の「新規登録」が必要で「新規登録」はHPのトップページから実施可能です。  
登録時のルールは右記になります。 ==> 「3桁の会員番号」+「-(ハイフン)」+「氏名の姓(ローマ字小文字)」  
全て半角で登録下さい。(例:010-aoki, 011-oka)  
なお、種々問い合わせに関しましては、HP左サイドのメインメニュー内「お問い合わせ」を御利用下さい。