

マラソン・リレーに挑む

盛田 常夫

とくに理由があった訳ではない。ただ、何となく、走って見たいと思った。3年前までは、日本人会運動会に800米走というのがあって、年に1回、これを走ることを目標にしていた。中学時代に腰を痛める前まで、中距離を走っていたというただそれだけのことで、この歳になってどれほどのタイムで走れるものか、歳との競走の意味もあって、これを目標に、マルギット島を走ったり、ホテル・ヘリアのランニング・マシーンを走ったり、プールで泳いだりしていた。

1999年には2分20秒で800米を走る会心のレースができ、これならマスターズ陸上に出ても良いのではないかなど思ったりしたが、競技会に出るためにはそれなりのトレーニングが必要で、私生活を犠牲にしなければならないから、そのアイディアはすぐに蒸発してしまった。ライバルだった秋山さんから、その秋のロードレースに出ないかと誘われたが、長距離の練習をしていないし、膝と腰に古傷を抱えているので、ロードに出る意思も意欲もなかった。

最近、ウォームアップで3キロとか4キロを走ることからトレーニングを始めており、5キロ程度の距離なら走ってみても良いと思うようになった。たまたま、経済誌HVGで、K&H銀行が主催する「オリンピック・マラソン・リレー」という大会があり、それも今年で10回を数えるという宣伝記事に出くわした。1人7キロで、6名が1チームを構成する。準備時間は3週間しかないが、出るだけ出してみようかという気になった。

チームを組む

とにかく6名を集めなければならない。幸い、わが社には定期的にジョギングをしている若い技術者がいる。以前にはよくジョギングの話は出ていたが、再度、各自に確認したところ、実際に7キロを走れそうなのは2名だけ。知人の甥っ子で、ジョギングをしている工科大学学生が1人いる。中距離では足の速い恒平を、有無を言わず数に入れても、もう1人足りない。そこで、茂木さんに募集のお知らせを出してもらったが、茂木さん自身が「自分がでます」と自己申告されたので、ともかく6名は揃った。

「ハンガリー・ジャーナル」の号外が出たところで、藤田さんから出場希望の連絡があった。補欠に回ってもらおうことで了承してもらったが、週に2-3度、長距離を走っているということだった。茂木さんに出場を再確認したら、「今回は参加することに意義があり、無理すると歩くことになる」という。「それは困るから、藤田さんと代わって欲しい」と選手交代をお願いした。

まず、目標だが、広告記事によると、例年800チームも参加するらしい。多分、3時間を切れば、100位以内に入れるだろうと考えた。そのためには、1人7キロを30分以内で走ることが条件になる。しかし、この程度のスピード(毎時14キロ)でも、普段から走って

いないと無理だ。高い目標は30分だが、無理せずに35分（1キロ5分、100米30秒）のペースは最低守って欲しい。とにかく途中でリタイヤだけは避けて欲しいというのが、私の要求水準だった。

この目標にたいして、藤田さんは無理だという。普段タバコを吸っているし、タイムを測って走ったことがないという。「あれ、最初の話と違うな。タバコを吸っているとは知らなかった。タバコを吸っている人が速く走れる訳がないから、ここはやはり当初の予定通り、茂木さんに入ってもらい、藤田さんは補欠」ということに決めた。藤田さんもそう考えたらしく、茂木さんとの間で話がついた。しかし、そこから藤田さんの葛藤が始まった。その辺りの事情は藤田さんのエッセイに譲るが、素人にとって、7キロの距離はそれだけ重いということだ。

マルギット島を走る

私自身も、ここ2年は室内のランニング・マシーンを走ってはいるが、外を走っていない。ロードレースに出ることを考えていなかったし、故障箇所も多く、定期的に通風の発作も出るので、堅いアスファルトの道は避けていた。しかし、いくらなんでも、外で練習しないで、いきなりロードは難しいだろうと思い、大会まで1週間を切ったところでハンガリー人メンバーと1回、茂木・藤田の日本人メンバーで1回、マルギット島を1周した。外の練習はそれだけ。たいしてスピードで走った訳でもないのに、いやにへばった。これはまずいという不安がよぎったが、茂木・藤田両氏とも7キロは走れると確認できたのが収穫だった。藤田さんの走法に大いに修正の余地はあるが、それを言っている余裕はない。とにかく、どちらが走るにせよ、途中で止めないで、一定のペースで最後まで走って欲しいというのが、私の願いだった。多分、恒平は練習していないだろうが、最後まで走ってくれるだろうと考えていた。少なくとも35分程度のペースで。

800米の練習をしていた頃は、マルギット島を良く走った。ブダ側を見る道路には、100米ごとに1500米まで白いペンキで印があり、時間を計れるようになっている。恒平が高校生の時には、何度も1500米の競走をした。5分30秒程度の競走をしていた。調子の良い時には5分程度で走っていたが、膝を痛めたり、定期的な通風発作のために、トレーニングを続けるのが難しかった。1999年の夏は5分を切るスピードまで回復して、9月の800米を走ったが、以後は本格的なトレーニングを止めてしまった。

今、マルギット島に1米幅の周回路が整備され、その中央部には30センチ幅のゴムが埋め込まれていて、足の負担を軽くする工夫がなされている。今回、走って見て、初めてジョギングコースの整備を知った。

920チームが参加

今回のマラソン・リレーには、なんと920チームが参加した。国会前を出発点にして、ドナウ河沿いにアルパード橋近く（ヘリアホテル裏）まで行き、そこを折り返して、鎖橋

まで戻り、そこから再度ターンして、国会裏手前から上の道路に上がり、再び鎖橋方面に戻ってから、国会前広場に向かう。これで7キロの周回コースになる。6名全員が同じコースを回る。この行事のために、この周回コースは完全封鎖されている。

参加数は6千人近い。応援者まで入れると、7千人はいる。地方から仕立てたバスも多かった。バイチジリンスキー通りに向かう国会正面の道路はテントで満杯。今まで知らなかったが、これはハンガリーの一大行事の一つなのだ。

日本の駅伝と違い、タスキを渡すのではなく、バーコードが付いたやや細めのバトンを持って走る。長い距離をバトンを持って走るのは、賢いやり方ではない。もう少し日本のノウハウを入れたらどうだろう。スプリットタイムは各自で記録するだけで、大会本部は最終走者のゴール時間だけを測定する。実際にはバトンを係員に渡してから、10秒ほど経過して記録されているから手際が良いとは言えないが、全体の運営は良く組織されていた。

さて、我が「日本-ハンガリー友好チーム」の成績は、以下の通りである。

第10回オリンピック・マラソン・リレー記録(2003年6月1日)

名前	Split Time (経過時間)	Lap (回周時間)
Toth Attila	split 1: 30分 33秒	lap 1: 30分 33秒
Torma Peter	split 2: 1時間 02分 33秒	lap 2: 32分 00秒
Szabo Zsolt	split 3: 1時間 34分 40秒	lap 3: 32分 07秒
藤田 剛宏	split 4: 2時間 08分 20秒	lap 4: 33分 40秒
盛田 恒平	split 5: 2時間 45分 22秒	lap 5: 37分 02秒
盛田 常夫	split 6: 3時間 14分 49秒	lap 6: 29分 27秒

男子一般530チーム中、117位であった。予想通り、3時間を切れば100位以内。2時間30分を切れば、10位以内である。ジュニア、一般、シニアはチームの年齢総計で決まる。110歳までジュニア、220歳まで一般、それ以上がシニアということになる。女子のクラス分けも同じで、この他に会社チーム、メディアチーム、軍隊チームがあり、合計で920チームが参加した。総参加920チームで見ると、わがチームは191位である。

ほとんど練習しないで参加した割には、上出来という所だろうか。最高タイムを出したのは、もちろん現役の選手で構成されたチームで、2時間7分でゴールした。1人7キロを21分平均で走っている。男子の世界記録がこれより2分ほど速い。日本の高校駅伝マラソンで、2時間5分前後が優勝タイム。女子は2時間15-17分前後。

1人で走って2時間30分を切るのは、かなりの走者であることは間違いないが、それにしてもラドクリフの2時間15分は驚異というしかない。

来年を期そう

来年の目標は決まった。とにかく、3時間を切ること。他の日本人参加者も募りたい。参加希望が多い場合には、記録を狙うチームと参加を楽しむチームに分けたい。記録を狙うからには、2時間40分を目標にすべきだろう。参加を楽しむチームも良い。参加チームの半数以上が、3時間半を超えている。4時間を超えるチームも多い。老若男女、小さな子供から老人まで、本当に走れるのかと思うほどの巨体の人まで、人それぞれのペースで走っている。いったい、ライバルを抜いているのか、周回遅れを抜いているのか分からないほど、入り混ざっている。私がゴールした後も、また4人目5人目のバトンを待っているチームもいた。年に一度、とにかく7キロを走るというお祭りのようなものだ。

私自身は、もう少し目標を高くしたい。今回の目標は28分だった。調子が良ければ、28分を切れると考えていた。しかし、現在の体調を過信していた。百平均24秒で7キロを走りきる状態になかった。薄く軽いシューズを選択したのも間違っていた。1キロも走らないうちに、膝の痛みが出た。走っていて、スピード感がなかった。こんなはずではないと思いながら、それでも最初の2キロは7分40秒で通過し、目標タイムを狙ったのだが、3キロ地点で早々と貯金を使い果たしてしまった。途中から空を覆っていた雲が切れ、夏の強い日差しが容赦なく照らし出し、ほとんど加速するエネルギーを失ってしまった。後は、とにかく我慢。こんなに苦しい思いをしたのは、久しぶりだ。

とりあえず、秋のカイザー国際マラソン（駅伝マラソン併走）を目標に準備することに決めた。この大会は国際大会なので、個人のランナーとの競走になる。最低でも2時間50分程度で走れるメンバーを構成する。できれば、2時間40分で走りたい。チームは5名。最長区間が12.6キロ、最短区間が6キロである。今度はもっと軽快に、8キロを30分で走り切りたい。8キロの距離の感覚を掴むことと、スピードを維持する練習を始める。それから、体重を3キロ絞る。これはかなりきついけど、スピードを維持するための必要条件だ。これで新しい目標ができた。

（2003年6月11日）