BRM603 たまがわ 600km 試走レポート

AJ たまがわ賛助会員の鈴木です。5/27 に試走に行って来たのでレポートします。

コースについて

最初は西上州 300 と同じコース。青梅～秩父～小鹿野～上野村～南牧村～下仁田とたどります。そこから高崎、前橋市街を抜けて上毛電鉄に沿って大間々町へ。わたらせ渓谷鐵道に沿って足尾へと緩やかに上り、日足トンネルを抜けて日光へ下ります。鬼怒川温泉、川治温泉などの温泉地をたどって通過チェックの上三依塩原温泉口駅から尾頭トンネルまでが前半最後の上り。そこから塩原温泉～那賀川町～さくら市～宇都宮～栃木市へと下ります。この辺りからは北関東 400 と同じコース。小山～佐野～深谷～飯能～青梅と比較的平坦なルートをたどって戻ってきます。
獲得標高はルートラボで 4876m とそれほど多い訳ではありませんが、前半に集中しているため、厳しく感じるかもしれません。後半は下り基調のため余裕が出来ますが、市街地走行が増えるため意外とマージンは増えません。グルメ、観光ポイントは豊富にありますが、寄り道しすぎると仮眠時間が無くなるのでご注意。
大間々の PC3 から栃木の PC4 まで 235km ありますので、この間で仮眠をとる事になると思いますが、仮眠ポイントの選択は意外と難しいと思います。いくつも温泉街を通過しますが深夜のチェックイン、早朝のチェックアウトに対応してくれる宿はそれほど多くありません。那須塩原までは基本的に山道なので、眠くなっても仮眠に適した場所が直ぐには見つかるとは限りません。予め目星を付けておくと良いと思います。早めに日光周辺で仮眠してナイトランか、一通り上りをこなしてから那須塩原で仮眠して明るくなってから再開か、一気に 400km 走って宇都宮の健康ランド南大門でゆっくり仮眠をとるかといった所でしょうか。南大門の営業時間は 9 時までなので、寝過ごして DNF の心配はありません。

天候について

試走 1 日目の日中は時折雨がぱらつく天気で気温は 16～20℃ぐらい。夏装備で上りはちょうど良く、下りは少し肌寒い感じでした。大間々から日光までは雨に降られレインウェアを着込みました。日光では大変寒い思いをしました。夜間の気温は 10℃以下でした。
2 日目はまずまずの天気、午前中の那須塩原付近は気温 12℃ぐらいでアームウォーマー、レッグウォーマー着用。昼頃、佐野辺りからは気温も上昇し 30℃を超え暑くなったため、ロックアイスを購入しています。
試走の前の週は 5 月としては猛暑で、それに比べると走りやすかったです。
熱中症への対策は十分に、寒さ対策もある程度準備しておいた方が良いと思います。

Start 二子玉川(兵庫島公園) ～ PC1 ファミリーマート青梅成木海道店 区間 43.0km

ルートは西上州 300 と同じです。信号峠のため、あまりペースは上がりません。交通量が多いので車に注意。

PC1 ファミリーマート青梅成木海道店 ～ PC2 セブンイレブン小鹿野バイパス店 区間 52.9km

西上州 300 と同じルートです。山伏峠を越えて、秩父から小鹿野へ。
#34 山伏峠の手前で長期間行っていた工事は完了していて、走りやすくなっています。
わらじかつ等、秩父～小鹿野のグルメポイントに立ち寄るのも良いでしょう。

PC2 セブンイレブン小鹿野バイパス店 ～ 通過チェック 道の駅オアシスなんもく 区間 52.5km

この区間も西上州 300 と同じルートです。志賀坂トンネルを越えて群馬県へ入ります。神流町～上野村～湯の沢トンネル～南牧町。
#42 志賀坂トンネルからの下り 2 カ所で工事があり、片側交互通行になっていました。工事関係車両でしょうか、ダンプも通行していました。道幅の狭い急な下りなのでスピードは控えめに。

志賀坂トンネルへの上り

道の駅上野

#44 道の駅上野で十石みそソフトを食べました。食事も出来ます。周辺に食事処がいくつかありますので、この辺りで昼食にするのも良いでしょう。
上野村でも何カ所か工事で片側交互通行になっている所がありました。
#46 湯の沢トンネルの入口手前で塩ノ沢峠へ迂回も可能です。今回は通りませんでしたが、西上州 300 で通ってみた事があります。林道等が好きな方は雰囲気や景色等それなりに楽しめると思いますが、道は荒れています。雨天時は避けた方が無難でしょう。
#49 通過チェック 道の駅オアシスなんもく 売店/食堂で何か購入してレシートを取得してください。食堂は 17:00 まで売店は 18:00 までです。閉店時は写真チェックになりますので、自転車を入れて道の駅を撮影してください。

湯の沢トンネル、塩ノ沢峠分岐　　道の駅オアシスなんもく

通過チェック 道の駅オアシスなんもく ～ PC3 セブン-イレブン 群馬みどり北店 区間 69.9km

吉井まで西上州 300 と同じルートです。その先、高崎、前橋の市街地を抜け、上毛電鉄沿いのルートで大間々へ。
#60 城南大橋は歩道走行推奨です。R17 をまたぐ立体、および側道も通行可能ですが、歩道の方が側道よりもスムーズに通過出来ます。
この先、高崎市街は非常に車が多く、渋滞している所も多いので通行には注意してください。
#61 道なりにそのまま行きたくなりますが T 字路です。通行注意。
前橋市街も高崎市街ほどではないですが交通量が多いので車に気をつけて通行してください。

PC3 セブン-イレブン 群馬みどり北店 ～ 通過チェック 上三依塩原温泉口駅 区間 105.3km

わたらせ渓谷鐵道に沿って R122 を緩やかに上りながら足尾から日足トンネルを経由して日光へ。この辺りは補給ポイントがやや少な目です。日足トンネルで栃木県へ入り、日光、今市へいったん下ります。今市からは R121 会津西街道で東武鉄道、野岩鉄道に沿ってまたゆるやかに上っていきます。鬼怒川温泉の先は塩原温泉まで補給ポイントはありません。補給・休憩が必要な場合はこの辺りで(コンビニはファミリーマート藤原高徳店が最後？ 小佐越駅前のガストは 24:00 まで)。
通過チェックの上三依塩原温泉口駅では駅と自転車を一緒に撮影してください。夜間は真っ暗ですので、ライトの光を当てて撮影すると良いでしょう。駅への入り口は少し分かりづらいかもしれません。R121 から R400 へ出たら通り過ぎています。

通過チェック、上三依塩原温泉口駅　　塩原温泉の足湯

通過チェック 上三依塩原温泉口駅 ～ 通過チェック 3 ファミリーマート那須那珂川店 区間 54.1km

R400 を少し進むと#84 尾頭トンネルがピークで、この先は長い下りです。眠気をこらえての下りは危険ですので無理は禁物です。塩原温泉にはファミリーマート塩原温泉店があります。足湯もあります。
私は塩原温泉の宿で仮眠をとりました(少しチェックイン刻限に遅れてしまいました)。翌朝は 1 時間近いマイナスマージンで再開しましたが、下りのため最初の通過チェックで取り戻せました。

通過チェック ファミリーマート那須那珂川店 ～ PC4 ファミリーマート栃木西水代店 区間 75.7km

那賀川町～さくら市～宇都宮～栃木市と、この区間も下り基調です。前述の通り宇都宮には健康ランド南大門がありますので、ここで仮眠を取るのも良いでしょう。宇都宮には有名な餃子店がいくつもありますが、開店はだいたい 11:00 か 11:30 ですので時間が合いません。少しコースを外れますが、宇都宮駅西口前の宇都宮餃子館は 6:30 から営業しています。#105 から先は北関東 400 と同じルートになります。#105～#107 の区間は周りに遮るものが無いため、向かい風に苦しめられる事になるかもしれません。PC4 の向かいには小三郎ラーメン店があります(11 時開店)。開店時間直前に到着して生姜ラーメンと餃子を食べました。PC4 まで来ればゴールが見えて来る感じでしょうか。

小三郎ラーメン店

PC4 ファミリーマート栃木西水代店 ～ PC5 ファミリーマートヤマキ花園店 区間 59.2km

北関東 400 と同じルートです。佐野～足利～深谷。平坦なルートですが、市街地走行で車や信号が増えてくるため、ペースは思ったほど上がりません。気温も上昇して 30℃を越えました。この辺りが一番暑かったです。

PC5 ファミリーマートヤマキ花園店 ～ PC6 セブンイレブン青梅日立前店 区間 49.5km

この区間も北関東 400 と同じルートです。この区間は若干アップダウンがあります。K30 等は交通量が多く、大型車の往来も多いため、十分車に注意してください。

PC6 セブンイレブン青梅日立前店 ～ Goal セブンイレブン狛江緒方 3 丁目店 区間 38.1km

往路とほぼ同じ道を多摩川に沿って下ります。距離の関係でゴールの PC はスタート地点より手前の狛江のセブンイレブンです。ゴール PC からゴール受付の癒しふれあい館まで 5km 程あります。あまり長居せずにお早めにゴール受付へお越しください。

ゴール受付の癒しふれあい館で皆様のお帰りをお待ちしています。

参考タイム(6 時スタート)

		累計距離	到着時刻	クローズ時刻	マージン
Start	二子玉川	0.0km	06:00		
PC1	青梅	43.0km	08:14	09:09	0h55m
PC2	小鹿野	95.9km	10:57	12:24	1h27m
Chk1	南牧	148.4km	13:44	15:52	2h08m
PC3	大間々	218.3km	17:38	20:32	2h54m
Chk2	上三依	323.6km	23:52	03:36	3h44m
(仮眠)	塩原	334.9km	00:30～05:16	04:19	3h49m ～ -0h57m
Chk3	那珂川	377.7km	07:10	07:12	0h02m
PC4	栃木	453.4km	10:59	12:12	1h13m
PC5	深谷	512.6km	15:28	16:12	0h44m
PC6	青梅	562.1km	18:11	19:28	1h17m
Goal	狛江	600.2km	20:04	22:00	1h56m