

7月17日（月）に試走に行ってきました。既に加藤さんより詳細なレポートがあげられていますので、私のほうからは注意点と感想を中心にレポートしたいと思います。

1. コースの注意点

キューシートを見るとわかるとおり、往路はPC1までとにかく細かいので土地勘の無い方はミスコースに注意です。スタートして10数kmで田舎道となっても走りやすい道になるのですが、調子に乗って気持ちよく走っていると曲がるポイントを見落としてすぐに通り過ぎるので、キューシートやGPSをよく確認して走ってください。（私も3回ミスしましたw）

道幅が狭いところもあるので、対向車や歩行者にも注意が必要です。

同じく復路もつくばりんりんロード付近から先は細くなり、後半は暑さと疲労で注意力も散漫になってくるので、さらにミスコースには注意です。

2. つくばの山々

PC1を過ぎてからが今回のブルベのメインイベント、キューNo.53から先、約36kmの山岳区間となります。（↓ No.53の交差点。ここを右折して山へ向かう）



次々と峠が現れますが、峠じゃないただの登り返しもたくさんあり、これでもかっていうくらいアップダウンが続くので、山好きな方は楽しみにしておいてくださいw

序盤の風返し峠までの表筑波スカイラインは道もよくて走りやすいですが、走り屋の車も多いので注意が必要です。湯袋峠の先を右折すると一気に荒れた林道になります。苔むした道で枯れ木や枯葉なども散乱しているので要注意です。私は苔むした急坂でダンシングしたら見事にリアが滑って落車してしまい、しばらく押し歩きしました。

またヨロヨロと坂を上っていると蚊やブヨがまとわりついてくるので、虫除けスプレーがほしかったです。

上曽峠からきのこ山の先までは多少道はよくなりますが、パラグライダー等をやっている人たちの車の往来があるので注意が必要です。

一本杉峠からはしばらく激坂なので頑張ってください。

(↓ 一本杉峠の通過チェック。写真を撮った後この右の坂を登ります。)



下りも道が荒れているのでスピードは出せません。だんだんとブレーキを握る手も疲れてきますが気を抜かず頑張ってください。最後の下りはめったに車は通りませんが、たまに軽トラなどの作業車が上ってくることがあるので十分に注意してください。

なお山中、携帯電話の電波が入らないところがありました。また飲み物の補給は朝日峠の先（キューシート No.54 と 55 の間）の朝日峠展望公園内に自販機があるのみでしたので、PC1 で十分に補給をしてください。

3. とにかく暑い！

言われなくても分かっているとは思いますが、とにかく暑いです。

試走した当日は東京都内で 35 度を超える猛暑日、つくば付近も最高気温は 33 度を超える暑さで、スタート時点はザーッと雨が降ったものの日中はほぼ晴天、山を除く平地区間はほとんど日陰がないので容赦なく太陽が照りつけ、完走するには暑さ対策も肝となります。ダブルボトルは必須、私はボトルの 1 本は身体に水をかける専用にして、さらにジャージのポケットには凍ったペットボトルを入れて、信号で停まったときに取り出して首筋を冷やしました。とにかく直射日光があたる後頭部は日よけのひらひらをつけていても頭痛がするくらい暑いので、水をかけたり氷で冷やしたりしてしのぎました。

また汗で失われる塩分の補給も重要です。塩タブレットをたくさん舐めました。

いずれにしても無理は禁物です。少しでも調子が悪いと思ったら早めに、熱中症になる前に休憩してクールダウンすることをお勧めします。

寝不足や体調が悪いと熱中症になりやすいそうなので、体調は万全の状態で臨んでください。

参考タイム (7:30 スタート)

Start	江戸サイ	07:30	
PC1	土浦	11:06	
通過チェック	14:00	(一本杉峠)	
PC2	牛久	17:16	
Goal	松戸	19:55	合計 12 時間 25 分

