AJ たまがわスタッフの桑田です。
12/24（月）に BRM104 三浦 200 の試走を行ってきましたのでレポートさせていただきます。

■コース概要
このコースは 2015 年に開催された『BRM117 三浦 200』を基本的に踏襲しています。
当時のレポートも参考になりますので、宜しければご確認下さい。

コースは川崎・横浜を通り三浦半島を 1 周。その後、江ノ島を経て大磯まで海岸沿いを走り横浜を縦断して帰ってくる内容です。大きなアップダウンは無いものの、横浜市内の渋滞と丘陵部の起伏、当日の風向きによっては三浦半島での向かい風に苦労することになる侮れないコースです。

当日は最高気温 10 度程度でしたが、想定よりも少し暖かめの装備をされることをお勧めします。後半の横浜・川崎市内は、信号と渋滞により停車している時間が非常に長くなります。その状況で日が暮れて風が吹くと容赦なく体温が奪われていきますので、対策としてウィンドブレーカーの 1 枚でも余分に持っておくと良いと思います。

■参考通過時刻
スタート 6:00
PC1 38.6km 8:03（+54m） セブンイレブン横浜片吹店
PC2 85.3km 10:26（+1h14m） ファミリーマート三浦三崎店
PC3 135.5km 13:03（+2h02m） ローソンスリーエフ西小磯店
PC4 165.2km 14:43（+2h17m） ファミリーマート鍛冶ヶ谷二丁目店
ゴール 201.9km 17:07（+2h23m） セブンイレブン 世田谷玉川店
※（）内は PC クローズ時間に対する貯金を示しています

PC1 までは早朝のため道が空いており、貯金が出来ます。PC3 までは、信号の少ない西湘バイパスを通るため貯金が増えます。

それではレポートです。

■スタート～PC1
スタートから都内を抜けるまでは、かなり細かく右左折が続きます。踏切を越える箇所もありますので、焦らず信号を守って進行して下さい。No.18、19、23 の箇所は自転車の通行を考慮していない交差点と言っても良く、初見では非常に通行しづらいです。キューシート下部に注意事項として記載されていますので、予め目を通しておいて下さい。また序盤なのでトレインが長くなりがちですが、信号の切り替わりで無理に前走者についていく走りは控えましょう。

■PC2 まで
三浦半島の先端にある三崎を目指します。進行方向が頻繁に変わるので、風向きに苦労させられます。試走

当日は北風が強く、東に進む区間では加減によって向かい風と追い風が頻繁に変わるので、真っすぐ進むのも大変でした。
PC が近づくと見渡す限り三浦大根の畑が広がり、しばらくコンビニなどはありません。PC2 のファミリーマートは店外の駐輪可能なスペースが少なく、店内も狭いため（トイレも 1 つのみ）休憩には不向きです。ゆっくり補給したい方は、手前の（78km 地点）Y ショップか、PC2 の先にあるセブンイレブンなどを利用されると良いと思います。
（ファミリーマートでレシートは取得して下さい）

■PC3 まで

PC3 までは江の島周辺の渋滞を除けば走りやすいコースです。江の島を過ぎると R134 は道も広く信号も少ないため、比較的時間的な貯金を稼ぐことが出来る区間です。試走当日は追い風だったため快適でしたが、向かい風だった場合は苦労するかもしれません。
PC3 のコンビニは『ローソンスリーエフ』です。2015 年にこのコースを初開催した当初はスリーエフでしたが、現在の外観は完全にローソンになっています。スリーエフを目印にして通過してしまうことの無いように注意下さい。

駐車場内にはサイクルラックもあります。

■PC4 まで

PC3 を出発すると、折り返して来た道を戻ります。鎌倉の腰越で左折すると内陸に入ります。この辺りは鎌倉の山間部を縫うように走るので道が狭く、そのうえ車も多く常に渋滞しています。左折車などに巻き込まれない様に気を付けて下さい。

また No.55 の交差点は直進すれば良いのですが、左折レーンがあるせいで非常に直進しづらい交差点です。こちらもキューシート下部に注意事項として記載がありますので、事前に確認をお願いします。

横浜に入ると道は広くなりますが、車の密度は変わらず、信号も多くペースは落ちます。焦らずに PC を目指して下さい。PC4 のファミリーマートは左側に三角形のスペースがあります。駐輪する際は、車の邪魔にならないようにこのスペースに駐輪するようにお願いいたします。

■ゴールまで

PC4 からは、ゴールまで残り約 40km です。横浜～川崎にかけて走行しますが、上大岡や関内など非常に車の多い地区を通過します。市街地中心部にはバスも多いのですが、路上駐車の車を縫うように走っているため、こちらにもバスと共存して走るスキルが求められます。特にバスの発進を妨げると道路交通法違反になりますので、焦らずにバス優先の走りを心がけて下さい。試走時には、1km 進むのに 10 分近くかかった箇所もありました。
また渋滞と信号が続くため、停車時間の割合が増えます。日も傾いて気温も低下しますし、風が吹いていると更に体温を奪われますので、繰り返しになりますがウェアを 1 枚余分に持っていると便利と思います。
多摩川を渡り都内に入ると渋滞は無くなります。標準的な時間だと日没後のゴールとなりますので、早めのライト点灯をお願いします。ゴール直前は街灯の少ない川沿いを走行しますので、明るいライトが必須です。
ゴールはこちらのセブンイレブンとなります。忘れずにレシートを取得して下さい。

距離は 200km ですが、都市部を走る割合が多く時間的な余裕が少ないコースです。当日は天候に恵まれて無事に完走されることを祈っております。