

【2019BRM303 大洗・銚子 事前試走レポート】

大矢 剛史

【試走実施日】

2/24(日) 0時スタート(ウェーブ0) にて試走を行いました。

【走行時の装備】



フロントバッグ/サドルバッグ14L(大型)脱いだジャケットを入れる為、半分以上は空

ツールボトル1本、ドリンクボトル 1本

オニギリ(三角形のリフレクター)をサドルバッグに取り付け

フロントライト キャットアイ volt400&volt800

尾灯3点 キャットアイ OMNI3 を左右 2 灯、キャットアイリフレックスオートをサドルに取り付け

ヘルメット:尾灯(キャットアイ ORB) 1、ヘルメットのヘッドライト(Bontrager ION350) 1

【装備の注意点】

オーバーナイトの為、装備は 400km と同様の装備が必要です。

尾灯について AJ たまがわローカルルールの関係上注意があります。

- **ヘルメット尾灯(点滅不可。夜間常時点灯すること。):** AJ たまがわローカルルール)
- **尾灯(常時点灯ができる赤色の尾灯を確実に車体に固定して下さい。赤色以外や、クリップ留めは不可。点滅モードしか出来ないものは不可):** AJ たまがわローカルルール)

この二つが今回のブルベでの尾灯に関する AJ たまがわローカルルールとなります。

USB 充電タイプなどがありますが

電池が減ると“点滅”に自動で切り替わってしまうタイプは点滅に変わりますので「不可」となります。

ご注意ください。

【ウェア類】

ウェア: Santic -8°C~16°C対応冬用ジャージ

ウィンドブレーカー兼ジャケット: mont-bell ウィンターサイクルトレナージャケット

インナー: おたふく手袋 ボディタフネス 上下

グローブ: 指貫グローブと冬用のフルグローブ

その他: イヤーウォーマー、ネックウォーマー、シューズカバー

夜間の最低気温 -5°C、最高気温 12°C前後 (Garmin 読み) とかなり寒暖差がありました。

天気や気温によってウェアや装備を見直したほうがいいかもしれません。

日中は mont-bell のジャケットを脱ぎ、夕方16時半には着なおす展開でした。

荷物は多くなりましたが、快適に走る為に厳冬期装備を用意しておいて間違いなかったという印象です。

【スタートから PC1】気温4°C～-5°C

とても寒く、無理してまわすと脚やひざを痛めるので寒いときは無理しないように序盤は強く踏まないように意識しました。アップダウンが多く登り返しなど膝や脚を痛めやすい要素もあるので膝や脚を冷やさないマネジメントが重要だと思います。

No.4: キャットアイに乗り上げる可能性がありますので注意してください。

No.1～No.8: 信号峠で波に乗りにくいポイントです。

試走日は工事中などもあり、スピードに乗れませんでした。

無理に急がずにウォーミングアップだと思ってのんびりいくといいかと思います。

集団が形成されやすいですが、あまり列が長くなりすぎないように注意してください。

No.8～No.9: 1 車線で路肩が狭い。交通量が多く深夜でも多く大型トラックも走ります。

信号峠は抜けますが、集団にならないように注意してください。1斜線で大型車が自転車を抜けない、左右折する車とまり自転車の逃げ場がなくなる可能性などが見受けられましたので、併走や信号停止ですりぬけを避け、先に大型車を行かせたほうがいいと思いました。また、集団で走ると抜けない車で交通渋滞になる可能性も考慮し、大きな集団にならないようにご注意ください。No.9 の山王を左折すると一気に交通量が減ります。

No.10～No.13 まで

一気に街灯が減り、道が突然暗くなる箇所が増えます。フロントライト 2 灯かヘッドライトを必要に応じて点灯して走行してください。内陸部に入るこのあたりで Garmin が-3°Cになり、寒くてコンビニに駆け込みホッカイロを購入しました。シューズカバーの爪先の裏に靴用を貼り、踵にも貼るカイロを貼るフル装備しています。

No.21 以降では-5°Cを記録し、足先が雪山登山並みに痛いと感じていました。千葉の内陸部の冷え込みを甘く見ていたと痛感しました。(成田/佐倉の最低気温は要チェックかもしれません)

No.24 番手前のコースアウトしやすいポイント



(左:間違い)手前の間違いやすいポイント



(右:正解)側道に下りるキューシート記載ポイント

道路看板の表示が似ているので間違えてコースアウトしました。一方通行になっていますのでコースアウトした場合、大回りで戻るか、降りてきた側道にある歩道を押して戻るかの選択になります。私は歩道を押してコース復帰しました。

左の看板では間違えずに直進してください。側道に下りる正解箇所は「**歩行者**」「**軽車両**」**通行禁止の看板**がある（右：正解）の写真の場所となります。手前にある**成田線の路線を越える陸橋の先**に右の看板がありますので、側道に下りてください。「歩行者」「軽車両」通行禁止の看板があるので交通ルールに従い側道に行くと覚えてください。

【PC1】

サイクルラックがありますがイトインはありません。ここでも-4℃を記録しています。

No.27: 永山



Qシートにもありますが注意してください。二段階右折でボタンを押します。ここから No.33「**縦山**」まで6%~7%のアップダウンがいくつかあります。

No.33: 縦山から No:34 までの区間

一車線で路肩も一部狭かったり工事中の区間があったりします。
交通量も多く、大型トラックもたくさん走っており一気に交通量が増えますので注意。
道中に茨城県名物 24H 営業のにんたまラーメン旭店があります。

No.33: 大洗サンビーチ入口



信号を右折して下っていきませんが、絶景が見られます。
タイミングがあれば海と朝やけのこんなシーンも。きれいだったので思わず撮影。

【PC2】

イトインはありません。グロス 18km/h前後ならここで日の出でしょうか？あまりにも寒いので短時間で移動しました。



PC2から No.39 まで

高速コースに入ります。ここが追い風か向かい風で大きく難易度が変わるポイントの一つです。

試走時は南西の風が吹いており、以前走ったときよりかなり進まず、ひたすら平坦ストレートが続きます。

途中 161km 過ぎに今回のルート上最後のにんたまラーメン鹿島店があるので、食べる予定の方はお忘れなく立ち寄ってください。162km から少し登りますが、登ると右手に白亜の鹿島スタジアムが見られます。

これ以降は商店も増えますが時間によってはほとんど開いていません。場所によっては路肩が”ワダチ化”しており凸凹の場所もありますので注意してください。マクドナルドの看板が見えたらよいよ銚子大橋まで@2kmです。



鹿島スタジアム)

銚子大橋が近いと認識できるマクドナルドの看板

No.40 から No.42 まで: 銚子市街地の信号峠があります。観光客など車通りも多いので注意してください。

【PC3】

イトインはありませんが、銚子を通るブルベではいつもPCでご協力いただいている有名なセブンさんです。

PC3 から No.46 まで ドーバーライン

PC3を過ぎると一気に上りますので走り出す前にしっかりとストレッチをすることを推奨します。

のぼりは急カーブで視界も悪いのできついかも知れませんが路肩から出ないように注意してください

登りきった先がドーバーラインです。が絶好の景色と程よいアップダウンが楽しめます。

注意点は歩行者やランナーが路肩を歩いていることがあります。

車は途中の信号が1箇所しかないことや直線ということもあり、相当な速度で走ってきますので、路肩から出る際には十分後方の安全を確認してから出るようにしてください。登りの際もふらつかないように注意してください



ドオーバーライン 先にいい感じの登りが見えますね(笑)

No.47から No.62 まで通しての注意点



(左の写真)路肩が狭い場所や右折待ち渋滞が発生している場所が多いのであまり集団が長くならないように意識して走行してください。5 台もつながると車がなかなかロードバイクを抜くことが出来ない現象が生まれます。強引に抜かれてひやりとするよりも、信号で止まった場合にはすり抜けせずに先に行かせる渋滞になっていないか適宜確認するぐらい、心の余裕を持った走行が安全かと思います。

試走時は旭駅前付近、八街駅付近の踏切、No.58～No.60 の東金街道で大きな渋滞が起きていました。あせらなくても十分取り戻せるかと思しますので、安全重視の走行をお願いいたします。

また、コースアウトしやすいポイント(右の写真)が 230km 付近にあります。点線のある左側を直進してください。よく通るルートですが、毎回コースアウトする方を見かけていますので、意識いただくといいかと思います。

【PC4】

イトインが 4 席あります。全コースで唯一イトインがあるコンビニです。ここで大きなマイナスでなければ、余裕をもって十分ゴールできるかと思えます。

No.62 から No.66 まで

千葉市街を抜ける信号峠です。終盤ですが焦らずに走行してください

No.66 ラストまで

No.68 の後 K15 に入って稲毛海浜公園すぐの路肩に根元しかないソフトポールが唯一あるので注意してください。走行していて、うっかり乗り越えてしまいました。この区間は強烈な向かい風でなければ順調に走れるかと思えます。ゴールでもうすぐです。ゴール後はなるべく早くゴール受付まで移動してください。ゴールでお待ちしています。

総評

登りが少ないフラット基調の高速コースで10%オーバーの坂がない走りやすいコースだと思います。
400kmや600kmに始めてチャレンジする前にはじめて行うオーバーナイトライドの練習に最適なブルベだと思います。ナイトスタートは前日の睡眠不足や仮眠不足があると睡魔に襲われる危険があります。
眠いと思ったらコンビニやファミレスなど、寝られる場所で迷わず寝てください。
必ず取り戻せるとても走りやすいコース構成になっていますので安全第一を優先いただければと思います。

試走中の通過タイムとたちより

スタート	通過時間	区間	距離合計	クローズまで	途中休憩やたちより箇所
PC1	3:38	72.7	72.7	1:14	コンビニ(カイロ購入)
PC2	6:24	50.9	123.6	1:52	たちよりなし
PC3	11:28	82.1	205.7	2:06	ウスヤ肉店、鹿島神宮
PC4	14:56	48.4	254.1	2:00	銚子駅、島武水産
ゴール	18:24	48.7	302.8	1:36	ダイソー、コンビニ、房の駅