

BRM909 山伏峠600(2023) 試走レポート

賛助会員の藤井です。

9月2日(土)～3日(日)にかけて山伏峠600の試走に行ってきました。

<Start 兵庫島公園 9/2 6:30>

諸事情で6時半にスタート。

二子玉川駅側から公園に入る際、一部砂利道になっているのでこけないように注意してください。

公園を出てから最初の河川敷沿いは狭いわりに結構飛ばしてくる車もいるので注意しましょう。



この日は朝の時点ですでに28度とまだまだ真夏日だったのと今回のルートを眺めていて伊豆の山伏峠までいかに体力を残しておけるかがポイントだと思い、ペースは上げず「命大事に作戦」でのんびりすることに。

<C01 セブンイレブン 津久井青山店 8:47>

道中特に問題もなく8時47分にコントロールへ到着。

ペースは上げずにきていたので水と最初の山伏峠までの補給食を買ってすぐにリスタート。

ここからしばらく登り区間になりますが無理せず熱ダレしないペースでのんびり走っていたら目の前に反射ベストをきた人影がみえてきて先にスタートしていたTさんでした(聞いたらペダルが外れてしまいDNFとのことでここからは一人旅に)

峠の手前でボトルの水もなくなったので道の駅どうして水を補給、ついでに残っていた補給食も食べていざ最初の山伏峠へ。



11時40分ごろに頂上へ着き、そのまま山中湖へ下り籠坂峠ものんびりペースで次のコントロールへ。

<C02 ローソン 小山町須走口店 12:31>

コンビニ前の信号(須走富士浅間神社交差点)はT字路になっているので左折車に巻き込まれないように注意(不安な人は横断歩道からいくといいかもです)

ここも特に疲れはなかったのと次のコントロールまで下り基調で40Kmlほどだったので水と経口補水液を買ってすぐリスタート。

時々経口補水液を一口飲んで塩分やミネラルが不足していないかチェックするようにしていました。

脚を回復させながら富士スピードウェイの前を通過して途中から246号線に入りますが交通量も増えてトラックなども走っているの走行には注意しましょう。



<C03 セブンイレブン 小田原本町店 14:30>

ここからアップダウン区間に入るのでお昼を兼ねて小休憩、冷やし中華が美味しかったです。

小田原～熱海間はお昼過ぎでもそこそこ交通量はあったので気を付けて走行しましょう。
熱海市街地通過後のトンネルは迂回路を走ることになっているのでそちらも注意。

アップダウン区間を過ぎたら前半の山場と思っている2つめの山伏峠へ。
登りが始まる前に手前のマックスバリュエクスプレス熱海多賀店でヒルクライム前最後の補給。

ここからしばらく10%以上の坂が続きますがここも無理せず自分のペースで登りましょう。
自分が走った時は1番暑い時間帯で風もなく灼熱地獄だったので水を被りながら走りました。



17時半ごろに山頂へ。

日没までにここをクリアできればあとはどうとでもなると思っていたので下りで体力を回復させながら次のコントロールへ。

<C04 ミニストップ 修善寺大平店 18:13>

ここから日も暮れはじめてようやく気温も落ち着いてきたので水と補給食を買ってリスタート。

富士川まではほぼ平坦で途中どこかで晩ごはんでも食べようかと思っていた矢先に雨が降り始めてしまい、ご飯は諦めてしばらく雨に打たれながら走っていました(どうせなら暑い時間帯に降ってほしかった...)

246.1キロ地点にあるセブンイレブン 富士川バイパス店を過ぎると次のコントロールまで左側にコンビニなどはないので必要であれば寄っておくといいと思います(自販機やトイレなどはありません)

ここからは真っ暗な道も増えてくるので気をつけて走りましょう。

<C05 セブンイレブン 身延下山店 23:04>

アップダウン区間を楽しくこなしてコントロールへ。

ここからまたしばらく登り区間になるので少し多めに補給。

途中たぶん鹿だと思いますが山の方でガサガサ音がしたり石がころころ落ちてきたりするのが何回かあったので十分注意してください。

しばらくすると真っ暗な道に「笛吹市 芦川グリーンロッジ」の看板が見えてくるので右折、すぐに建物がみえるかと思ってたら予想以上に登られます笑
当日はいくつかライトが置かれていると思いますが横の方は溝になっているので落ちないように注意。



<C06 笛吹市 芦川グリーンロッジ 9/3 1:10>



9/3の1時10分に笛吹市 芦川グリーンロッジへ到着。

オーナーさんも起きていてくれて挨拶後当日利用させてもらう部屋や設備などの案内などしてもらい2時半まで仮眠をすることに。

今回は試走だったのでドロップバックの利用はありませんでしたがここから気温が下がり始めたので汗冷えなどしたくない人はドロップバックに着替えなどを入れておきましょう。

2時半になりリスタート。

ここから少し登ったあと下り区間になりますが次のコントロールまでが1番気温が低かったです。

特に若彦トンネルは長い直線をずっと下るため人によっては一気に体温をもっていられる可能性があるのも寒さに弱い人はトンネル前で少し着込んだ方がいいかもしれません(雨のあとだったからかトンネル内も水浸しでした)

<C07 ローソン 河口湖大橋店 3:20>

思ったより体が冷えたのでコーヒーと次のコントロールまでの補給食を購入。

甲武トンネルまでは下り基調なので日が昇るまでのんびりペースでもある程度距離を稼げるかと思えます。

<C08 ファミリーマート あきる野檜原街道店 8:36>

甲武トンネルのあとは下り基調なので脚を回復させつつコントロールへ。

ここから2日目のメインが始まるので朝ごはんを食べてしっかり補給。

2日目も朝から気温が高く、最後の山伏峠を登る前に体が熱をもっていたのでこのままだと途中でバテそうだなと思っていたら「川遊び」の看板が目にとまり時間もあつたので川で遊んでいくことに。

今回立ち寄った名栗河川広場は自転車は500円となっていてお金を払ったらあとは好きなところに駐輪して遊んでいいとのことだったので近場に自転車をとめて川へダイブ、しばらく川に浸かりおかげで火照っていた体も冷却されました。



川遊びでリフレッシュしたので最後の山伏峠へ。



11時50分ごろに頂上へ。
お昼までにここを通過できればいいと思っていたので無事クリア。

あとは細かい登りがあるけれど下り基調なので299号線や市街地などの交通量の多い区間を気をつけながら次のコントロールへ。

<C09 ファミリーマート 神川新宿店 14:03>

ここからはほぼ消化試合ですが夕方まで灼熱地獄が続くみたいだったので無理はせずのんびりペースでボトルがなくなったら適宜補給するようにしました。

<C10 セブンイレブン青梅日立前店 18:39>

19時までに到着できればいいと思っていたので無事最後のコントロールもクリア。あとはゴールまで安全運転。

<Goal 兵庫島公園 21:00>

21時ちょうどに無事ゴール、直後に雨が降ってきたのでささっと退散しました。

今回のコースは前半に登りが集中していますがペース配分を間違わなければあとで挽回できる設計になっているなと感じたのでスタート直後や登り区間でオーバーペースで走って伊豆の山伏峠などで散らないように気をつければ大丈夫かなと思います。

また、試走時はまだ真夏日で暑かったですが今週末は台風もきており天候や気温、路面状況などもガラッと変わる可能性があるので十分注意して走行計画を立てるようにしてください。