

「ウルトラマラソンガイド 第1回」

2009年7月05日(日)

By ブラック

～ 試作偏 ～

「はじめに」

何となく初めて見ました。ネタがある限り……。気持ちが続く限り……。書いてみようかなと思います。

ところで、ウルトラマラソンがどういうものか知っていますか???近年では観光産業の一環としても貢献しています。まあそれはさておき、答えは簡単です。フルマラソンを上回ればもうそれはウルトラマラソンなのです。日本では、50km~250kmまで幅広く開催されています。そのような中でウルトラマラソンの環境が整ってきました。日本ウルトラランナーズ協会(<http://www.iau-japan.jp/>)の整備も進んでいます。是非とも1度ごらんください。本部の方では、世界ランキングも確認できます。

どんどんと拡大していくウルトラマラソン。。まだまだ謎に満ちた競技種目です。何が正しくて、何が間違っているのかわからないのが実情です。言えることは、自分なりの練習方法を確立することぐらいです。

まあ、くだらない内容ですが暇つぶしに見てくれたら幸いです。卒論も100kmマラソンだし。。後半はかなり科学的になるかと思います。記録から科学まで色々書けたらいいな。大学院では競技スポーツではなく、健康向上の立場からスポーツを見ていくので、4回生の残りの時間で悔いのないよう勉強したいです。

……。文章力が欲しい。

「第1回 記録特集」

第1回は記録について見ていこうと思います。ウルトラマラソン人口は毎年増加しています。RACも毎年走る人数が増加しています。記録を狙う人、楽しむ人、挑戦する人様々です。目的は様々ですが、完走という目的は一緒。今年はどういったドラマが待っているのでしょうかね。ちなみに、公認記録として扱われるのはサロマ湖と四万十のみです。そして、世界ランキングに載るためにはIAUが公認するサロマ湖に出場しなくてはなりません。それにサロマ湖は入賞するとドーピング検査も待っています。世界公認大会は何かと大変です。

～RAC60kmマラソン歴代完走者(パフォーマンス)～							
順位	氏名	記録	風	期	日付	大会名	競技場
1	中川美実	5:35'02"		3	05.10.16	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
2	福島綾子	6:08'26"		5	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
3	白阪悠貴	6:12'02"		3	05.10.16	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
4	古塚千津	6:45'52"		5	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
5	永田京子	6:49'36"		4	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
6	白波瀬佐紀	6:52'44"		3	05.9.18	丹後ウルトラマラソン	京丹後市
7	五十嵐智	7:10'37"		4	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
8	清水拓磨	7:42'26"		6	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
9	内田那津子	7:29'27"		4	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
10	池田彩友美	8:37'01"		3	04.9.19	丹後ウルトラマラソン	京丹後市
11	青木隆大	9:09'30"		4	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
12	小林崇希	9:16'22"		4	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川

ただいまランキングトップの4代目会長はRAC四万十過去最高の2位になっています。

60kmの完走率は100%・・・

～RAC100kmマラソン歴代完走者(パフォーマンス)～							
RAC 完走率・・・81. 25%							
順位	氏名	記録	風	期	日付	大会名	競技場
1	佐藤圭太	9:22' 39"		5	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
2	佐藤圭太(2)	9:23' 57"	4.0	5	08.09.14	⑧丹後ウルトラマラソン	京丹後市
3	佐藤将介	9:48' 35"		2	05.10.16	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
4	安良田将	10:38' 26"		3	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
5	宮崎清志	10:52' 10"		6	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
6	加瀬谷拓	10:52' 19"		6	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
7	岡部佳奈	10:55' 38"		4	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
8	濱本誠二	10:58' 57"	4.0	6	08.09.14	⑧丹後ウルトラマラソン	京丹後市
9	森田裕太郎	11:31' 40"		3	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
10	中川美美	11:38' 50"		4	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
11	西尾允仁	11:57' 49"		0	04.10.17	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
12	森本有紀	12:05' 58"		6	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
13	田中亮輔	12:19' 17"		5	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
14	呉屋秀蔭	12:19' 17"		5	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
15	白阪悠貴	12:41' 47"		3	06.10.15	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
16	安良田将(2)	12:41' 48"		3	06.10.15	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
17	大森功典	12:42' 02"		6	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
18	佐伯亮祐	13:02' 52"		7	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
19	原知彰	13:05' 53"		3	06.10.15	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
20	桂木友平	13:13' 28"		6	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
21	桂宏樹	13:20' 04"		4	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
22	柴田侑一郎	13:22' 10"		7	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
23	西田憲弘	13:23' 22"		3	07.10.14	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
24	常保裕輝	13:28' 40"		5	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
25	北野雄介	13:31' 38"		5	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川
26	古塚千津	13:47' 31"		5	08.10.19	四万十川ウルトラマラソン	四万十川

100kmマラソンで9時間を切る人は1%。9時間30分を切る人は2%。自己満足のデータ。就職活動で使ったから覚えているだけです。あしからず。。

ちなみに・・・通過記録は下記の通りです。トップランナーと戦うには佐伯ぐらいの通過タイムが必要です。トップ選手の大体の人がフルマラソンの通過が3時間前後です。

～RAC100km通過記録～					
20km	1時間26分41秒	佐伯亮祐	2008年10月19日	四万十川	
40km	2時間49分25秒	佐伯亮祐	2008年10月19日	四万十川	
60km	5時間06分15秒	佐藤圭太	2008年09月14日	京丹後市	
80km	7時間17分23秒	佐藤圭太	2008年09月14日	京丹後市	

記録は以上です。最後に完走率に目を向けて見ます。RACは100kmで81.25%の高い完走率を誇っています。四万十川ウルトラマラソンに目を向ければ、86.6%の高完走率です。これらは非常に高い数値です。各大会の100kmの部の完走率は下記のようになっています。

- ① サロマ湖 70.9%(過去5年平均)
- ② 四万十 70%強
- ③ 丹後 66.1%(過去8年平均)

これらの大会以外にも沢山の大会があります。1度検索してみると面白いと思います。

～おまけ～

男子世界記録	6時間13分33秒	砂田貴裕	1998年6月21日	登呂
女子世界記録	6時間33分11秒	安部友恵	2000年6月25日	登呂
日本学生記録	6時間57分13秒	魚地秀治	2000年6月25日	登呂

日本人強いです。。。男性に比べて女性はダメージに強い体になっています。なので、男女の記録が近くなっています。将来は抜き去る可能性もあります。砂田さんは一昨年の守山ハーフのゲストとしてきていましたね。ちなみに砂田さんはジュニアのフルマラソン記録も持っています。

編集後記

取りあえず、形だけ作りたかったので、薄っぺらい内容です。次回からは、色々と充実させていこうと思います。まあ、RACのホームページを盛り上げようかと思って始めたものなので、自己満足で進んでいくのはご許してください。語尾やなんやらがおかしいのは気にせんといてください。

そして、RAC会長の連続参加記録、完走記録はどこまで続くのでしょうかね(笑)

(終わり)