

MUSASHIで走った 大田原マラソン

MUSASHI
チャレンジ
第2弾

目指せ! サブスリー & サブ3:15

それぞれの目標を胸に、大田原マラソンに臨んだMUSASHIチャレンジャーたち。事前トレーニングやレース中のアクシデントに見舞われ、満足のできる結果を残すことはできなかったが、チャレンジャーたちはこの挑戦でまた新たな目標を見つけた。

構成●編集部 写真●伊藤真吾



マラソンレースでは、思い通りにいくことのほうが少ないのではないかと。今回のMUSASHIチャレンジは、マラソンの難しさを改めて感じさせる結果になった。

どんなに計画通りにトレーニングを積んでも、1つのアクシデントが結果を大きく左右する。万全の体調でスタートラインに立つことの難しさ、レース中に起こる思わぬアクシデント。わずかに1秒の積み重ねが天と地を分ける。

今回のチャレンジャーは4人が4人とも、目標を達成することができなかった。それでも、会場をあとにするとき、4人はすでに次のチャレンジに向けて気持ちを新たにしていた。

それを見たMUSASHIの担当者は、急遽、次のチャレンジが終わるまで商品提供のサポートを継続することを約束した。MUSASHIへの信頼感が、彼らに目標達成へと導いてくれることだろう。



リプレニッシュ
10袋入り ¥2,310 30袋入り ¥5,985



ニ
1箱8本入り ¥1,596
※1本にBCAA3g

インフィニティ株式会社
INFINITY ENTERPRISES, INC.
〒150-0031 東京都渋谷区恵比寿3-3-6 滝澤ビル
フリーダイヤル 0120-634-844
携帯・PHSから 03-3442-4712

MUSASHI アミノ酸 検索



MUSASHIは、100ある力を
100引き出してくれる

沼倉 宏さん

ぬまくら・ひろし (44)
東京都
PB: 2時間57分41秒
5年前に自己ベストとなる初のサブスリーを達成。別府大分を目指したが、仕事が忙しくなって練習時間がとれず、走力が落ちる。サブスリーを狙ってスタートラインに立った。



MUSASHIチャレンジャーとして大田原マラソンに臨みましたが、残念ながら、目標のサブスリーを達成することができませんでした。

大田原マラソンはコースが平坦でスペシャルドリンクを置くことができ、何よりも1度サブスリーを達成すればいい。今回は調整のレースでもまずまずの記録で走ることができ、当日は天気もよく「好条件に恵まれた」という気持ちでした。

スタートして少し暑さが気になりましたが、今回は信頼できるサプリメントがあるのでペースを落とすことなくレースを進めました。

ところが、ランナーが多かったため給水地点でスペシャルドリンクを取ることができず、精神的に大きなダメージを受けました。立ち止まったりほかの選手と接触したりするのは、なんとしても避けたいところです。結局、6カ所のスペシャルで取れたのは3カ所でした。

前半は飛ばさないよう抑えて走っていたのですが、25km辺りからペースが落ち始め、30kmのスペシャルが見つからなかった時点で集中力が失ってしまいました。10月の山岳耐久レースの疲れが出てきたような感触もありました。

MUSASHIは、100ある力をきちんと100引き出してくれるのだと思います。今回の自分には80の力しかなかったということでしょう。

幸運にも東京マラソンに当選したので、それまでにこの悔しさをバネに練習を積みみたいと思います。

新しい宿題ができたが、
MUSASHIとの出合いは大収穫

星野恭子さん

ほしの・きょうこ (42)
東京都
PB: 3時間15分15秒
昨年の秋、3時間15分切りを目指して積み、自己ベストを2分以上更新したものの、3時間15分15秒。昨年の悔しさをバネに、目標達成を果たしたいと思っていたが...



3時間15分切りを目指して走る2回目のレース。前回は前半から積極的に走って35km過ぎに足が止まったので、「前半を抑えゴールまで走り続ける」という宿題を抱えて走り出しました。

結果は3時間15分40秒。オーバーしたのが1km当たり「1秒未達」の悔いの残るレースでした。

前半ハーフが1時間37分31秒、後半は1時間38分09秒。落ち込みはわずか38秒で、宿題は片づけたといえそうです。レース中も、5km通過「ここ」「ほぼ設定圏内」と時計を確認し、「タイムは少し余裕をもって設定したから、多少遅れても大丈夫」と、気持ちも体も

ただ前へ前へと向かっていました。でも、「多少」という考え方が難しかったです。実際、後半の落ち込みが結果的にオーバー分に匹敵という点から見ても、レース中は秒単位のタイムに気を回す緻密さ、冷静さが全く欠けていたのでしょうか。こうしてまた、「タイム狙いのレースなら、タイムと真正面から向き合って1秒にこだわって走る」という、新たな宿題が課せられました。

とはいえ、今回の挑戦にはプラスも。「宿題」とは生徒を苦しめるためでなく、有意義なものだと再確認できました。だから、さらなる成長を信じて新しい宿題にも真摯に取り組みます! もちろん、疲労軽減効果絶大のMUSASHIとの出合いは大収穫。何度レースを重ねてもそのたび宿題は課されるのだからうけれど、MUSASHIという心強いサポーターとともにこれからも挑戦し続けます!

転倒により右半身を強打。
翌日は
全く筋肉痛が残っていないかった

斉藤和子さん

さいとう・かずこ (38)
埼玉県
PB: 3時間18分05秒
3時間15分切りをするために食事から体調管理、練習メニューを自分なりに考えて頑張っている。目標を達成して、横浜国際女子マラソンに出場することが最大の目標。



当日はMUSASHIのスペシャルドリンクも用意してくださり、目標を達成できる自信がありました。25km地点まで順調に、気持ちよくリラックスして走っていました。リプレニッシュのおかげかななんて思いながら、次の給水を楽しみに感じていました。もうすぐ給水、早め自分分のボトルを見つけておきたいながら探し、テーブルの奥にあるのを確認して、取ろうと手を伸ばしたその瞬間、左太ももがテーブルの角に接触した勢いで、右半身を地面に強打する転倒...。30kmまではペースを維持したものの、残り5km表示のところでは

歩きが入りました。走ることができないのです。ゴールタイムは3時間32分21秒。悔しいっぱいのレースとなりました。

でも、確実に走力が上がっていることを確信しました。これはいい練習ができたからだと思います。MUSASHIの二とリプレニッシュには本当に助けられました。

翌日は打撲の痛みだけで、筋肉痛が全くないのにびっくりしました。二はほんとにすごいと実感しました。

今回はアクシデントにより目標を達成できませんでしたが、普通に走れば必ず達成できると自信がもてました。次回こそ達成して、横浜国際の切符を手にした。これからは二とリプレニッシュと今度HUMAN(フアン)の力も借りて、体を絞って練習をしていきます。私の大切なサポーター的存在がMUSASHIです。

翌日は、フルマラソン後とは思えないほどの軽い疲労感だった

千葉和也さん

ちば・かずや (30)
宮城県
PB: 2時間36分
学生時代に出場したフルマラソンで2時間36分を記録。5年間のプランクを経て出場したマラソンでは、けれどものたために30kmでリタイア。大田原では、2時間45分を目指した。



10km区間)に出場した際に、ふくらはぎを痛めてしまいました。普段のレースなら途中棄権をするのですが、メンバークラスを考えると棄権できず、痛みを押しして走りました。1週間走ることができず、前日に30分ジョグと軽い流しができる程度。それでもスタートラインに着くからには、2時間45分切りを達成する気持ちでした。10kmの通過は38分40秒。リプレニッシュを受け取りました。MUSASHIの専用ボトルは手に持

ちやすく感じました。甘酸っぱい風味が、気持ちをリフレッシュしてくれました。後味がすっきりと一般的なスポーツドリンクとは違い、甘さが残る感じがありません。しかし、15km過ぎから脚の痛みが強くなり、ゴールはしたもののここで僕のレースは終わりました。レース中は右のふくらはぎをかばいバランスの悪いフォームで走っていたのですが、リプレニッシュと二を摂取しながら走っていたおかげで、右ふくらはぎ以外痛みを感じませんでした。レース翌日もフルマラソン後とは思えないような軽い疲労感で、走ろうと思えば走れるほどのです。大田原マラソン経由別大マラソン行きとなるはずでしたが、今シーズンはお預けです。トレーニング中からMUSASHIの効果を実感できました。今後もMUSASHIの摂取を継続し、別大、そして福岡国際に出場します。