

日本一のレース解説者

Profile●くりむら・おさむ プロ選手として走った後、チーム監督としても活躍。現在は日本を代表するステージレースの大会ディレクターを務めながら、テレビで国際レースの解説をするなど自転車ファンにはおなじみ。わかりやすい的確な解説が多くのファンを持つ



栗村修が解説する ロードレースの裏側

ロードレースはチームプレー。 なのにメダルは個人のもの！

団体競技でも、フツウはすべての選手が自分のメダルを目指しますね。サッカーでは優勝すれば参加選手全員が金メダルです。でも自転車ロードレースは違います。チームで出場しても金メダルは1人です。オリンピックは国単位で参加するわけで、最大5人の参加枠。そしてそのうちの1人がメダルをとれば、その国の勝利・成功です。だから強豪国では、まず1人のエースを選び、その選手を勝たせるために、そのサポートに適した「アシスト」と呼ばれる選手をそろえる。エース級の選手を5人集めるわけではないんです。すべて監督が責任を負って代表を選ぶ、というのが最近のスタイルです。



たとえば5人で参加しても、1人のエースを勝たせるために残りの4人は動く

先頭を走っている選手が 有利なわけではない！

自転車レースで本当に強いメダル候補は、レース前半など大きな集団の中でじっとしていることが多いです。ロードレースの戦術のキーワードは「長時間」と「空気抵抗」。男子で6時間を超える競技時間となる今回のレース。その長時間を平均時速40kmものスピードで走る選手には、風の抵抗をいかに避けるかが重要に。先頭を走ると大きな空気抵抗を受け不利になります。だから強い選手は、終盤にやってくるこそぞというチャンスまで、積極的に前に出ることはありません。つまりレースの序盤、中盤でレースの先頭を走っていても、メダルに近づいているわけではないんですね。



メダルを狙う選手は、大集団の中で力を使わずに最後の勝負に備える

ときに敵と協力するという シーンがあったりする！

強豪国を相手に、ときに少人数チームどうしが協力し合うことは珍しいことではありません。参加枠は1国最大5人ですが、日本チームは2人だし、1人しか出ていない国もある。人数が少ない国は不利ですね。でもそういう小さいチームが前半から協力して、先頭で風を受けるのを交代しながら、数少ないチャンスに賭けるなんてことも。でもその逃げ（集団から飛び出して少人数で先行すること）が万が一成功したとしたら、その協力してきた選手は最後ゴール前で敵に戻る。こういうルールブックには出てこない、いわば「人間ドラマ」がロードレースの魅力のひとつなんです。



違うチームどうしが協力しあって先行、チャンスを探ることは珍しくない

競技をしながら食べるという 世にも不思議なスポーツ！

6時間を超える競技時間のなかで、選手はエネルギー枯渇とも戦わなくてはなりません。サッカーのようにハーフタイムなどない自転車ロードレースでは、走り続けながらエネルギーや水分を補給します。また途中の補給地点や、さらにはサポートカーからもサコッシュと呼ばれる肩掛けバッグで追加の補給を受けとります。もちろん走りながらですよ。これをエースに届けるのがアシストの重要な仕事だったりもします。



レースの途中に、こうして補給食とドリンクを受け取る場所が設定される

注目すべきは
ココなんです

東京2020自転車競技ロードレース応援してます

「途中」のドラマに注目したい

WATANABE

WATARU



マンガ「弱虫ペダル」作者

渡辺航さん

Profile●大人気の自転車マンガ「弱虫ペダル」(週刊少年チャンピオン/秋田書店)作者。みずからロードバイク、MTBを愛好し、レースにも参加するほか、「弱虫ペダルレーシングチーム」監督も務める

ロードレースは映画と同じように、結果だけでなく途中のエピソードや人間模様がおもしろい。少ないチャンスをものにしよう、さまざまな動きがあるんです。有力選手が勝つとは限らない。まさに人生と同じです。そこに注目して映画をみるように観戦してほしいですね。このコースを小野田坂道くんが走ったら？長距離だし上りもキツイので一人では厳しいでしょうね。真波くんと御堂筋くんまでアシストしてくれたら、メダルの可能性もあるかもしれません。でもこの2人を説得するほうが大変かも(笑)。

世界最高峰の走りを目の前で

YASUDA

DANCHO



お笑いタレント・安田大サーカス

団長安田さん

Profile●トライアスロンにも本気でチャレンジしている「自転車芸人」。レース当日は稲城市のCLSにゲストとして登場。ナマの走りを見られるのを楽しみにしている

世界最高峰の選手が目の前を駆け抜ける！それだけで大興奮でしょ！これだけのメンバーの集結は、国内のほかのレースではありえへん。都内を走っているころは、きっとまだレースが動いていない段階。集団の選手が笑顔でおしゃべりしながら、でも時速40kmを超えるスピードで走るすごさを見てほしいですね。いつも僕がロードの練習をしている道志みち以降はレースも本格化。高温多湿の気候に慣れていて、コースを知っている新城選手、増田選手にもきっとチャンスがあると思う。ズバリ金メダルはあら……フィリップ!? (←出ません!)

「尾根幹」を走る選手を見たい！

MICHIBATA

KAREN



ファッションモデル

道端カレンさん

Profile●タレント、モデルとして活躍しながらトライアスロンでは一般女子の部で優勝するほどの実力者。自転車ロードレースも大好きで、ツール・ド・フランスを見に行ったこともあるほど

自転車ロードレースはとってとてもドラマチックなスポーツ。体力だけでなく、技術や戦術など総合的な力が必要な競技なので、そこがおもしろいですね。先日、雑誌の取材でコースにもなっている「尾根幹」を走りに行ったんですが、きっとここから道志みちは自転車愛好家の定番コースになる、レガシーとして語り継がれるコースになると感じました。オリンピックは選手だけでなく観戦する私たちにも思い出を与えてくれるものだと思います。もし見に行けるんだしたら、ぜひ自転車に乗って見に行きたいな！