

コムラッツマラソン完走とアフリカ観光の報告

越田 信

コムラッツマラソンは1921年に第1回大会(参加者34名、完走者17名)が開催された歴史のあるウルトラマラソン大会である。その存在は田中義巳さんから頂戴した「ウルトラマラソン」(ジェイムズ・E. シャピロ著、新島義昭訳、森林書房)を読んでかなり以前から知っていた。コムラッツマラソンは第二次世界大戦の時(1941~45年)には開催されなかったが、1946年に復活し、2010年は第85回大会になり、その記念大会に参加する機会を得た。

旅行の計画は大森敏生さんをお願いするつもりだった。大森さんは日本人としてはコムラッツマラソン最多完走者で今回も参加すると思いついていた。しかし、参加しないことが判明し、篠田雲峰さんの紹介で昨年夏にメールでお知り合いになったSandyさん(南アフリカ大使館勤務)に相談したところ、旅行業者3名を紹介してくれた。

コムラッツマラソン参加はもちろん初めてだが、アフリカ大陸に足を踏み入れるのも、南半球に行くのも初めてになる。走るだけではなく観光見物もしたいと思ったので、高橋慎一さん(海外旅行開発)のツアーが最適と判断した。慎ちゃんのお名前はランニング雑誌掲載の広告で以前から知っていた。

ツアー参加者は、高橋慎一さんと菊池亮さん(香港で合流)、池田哲朗さん(ヨハネスブルグで合流)、國府靖さん(ダーバンで合流)と私の5名だった。高橋さんの綿密な旅行計画と各所での交渉、菊池さん・池田さん・國府さんの個性豊かな人柄のおかげで、楽しく走り、旅することができた。

観光旅行としては、ボツワナではチョベ国立公園、ジンバブエとザンビアではヴィクトリア滝、南アフリカでは、ワインランド、喜望峰、テーブルマウンテンなどを訪れた。

一番肝心のコムラッツマラソン Comrades Marathon(89.28km)では、9:55:24で完走できた(2010年5月30日)。完走メダルは例年は10円玉程度の小さいものだと聞いていたが、今回は第85回の記念大会だったせいか、直径45mmの大きなものだった。高橋さんのツアー参加者は全員完走し、レース後には3度目の参加でついに完走を果たした有森裕子さんと会うこともできた。

以下、出発から帰国までの様子を記す。

2010年

5月23日(日)

16:41 CX531便に搭乗

17:15 中部国際空港(NGO)発(台北経由) CX531 54K

19:05 [日本時間20:05] 台北の空港に着陸: 乗客の大部分が下りて、新たに搭乗

20:28 [日本時間21:28] 台北の空港を離陸

22:00 香港国際空港22:04着陸[+1時間、日本時間23:04] 名古屋-香港 1631miles
高橋さん・菊池さんと香港国際空港で搭乗直前に合流し、3名になった。

23:50 香港国際空港発(0:14離陸) Gate 23 SA287 64A

5月24日(月)

- 7:25 ヨハネスブルグ着(7:19着陸)[+7時間、日本時間14:19]：南アフリカ共和国
池田さん(オランダ在住)とヨハネスブルグ空港で合流し、4名になった。
- 8:29 カフェでコーヒーなどを飲む(高橋さんにおごってもらう)
- 9:38 空港の Master Currency (Pty) Ltd で両替 20,000円→R1,663.94→R1,544.25
Commission R55.00, Transaction Fee R50.00, VAT R14.70
- 9:46 ワイン4本(R200.00)を免税店で購入(割り勘)
- 9:58 アフリカの地図を購入(R96.00) 1ランド(Rand)は約12円
- 10:55 ヨハネスブルグ発(11:14離陸) SA40 2A
- 12:40 ヴィクトリアフォールズ着(12:42着陸)：ジンバブエ共和国
入国カードに記入：職業欄を空白にして出したら、職業を聞かれたので
"I have retired to visit this country"と答えると、ニコッと笑って"Retired"と記入。
入国手数料US\$45を支払う(シングルUS\$30、ダブルUS\$45、トリプルUS\$55)
- 13:16 専用車でジンバブエからボツワナに向かう。
Ndaba さんの案内でジンバブエで乗った車は左側を走行。かつてはイギリス領だった名残だろう。なお、今回滞在した全ての国で車は左側走行だった。ボツワナとの国境は徒歩で越え、車を乗り換えて Kasane のホテルへと向かった。
- 14:44頃 Kasane の Chobe Marina Lodge にチェックイン(10号室)
- 15:10頃 昼食
- 15:30頃～ ボートでチョベ川と川沿いに棲む動物を見学(チップ\$3)
象、カバ、クロコダイル、色々な鳥
- 19:40頃 夕食@Chobe Marina Lodge

5月25日(火)

- 6:00 サファリドライブ：象、キリン、バッファロー、インパラ、カドゥー、ヒヒ、
ホロホロ鳥、マングースなどと遭遇、ライオンは足跡を見たのみ
- 6:49 日の出
- 9:20 ホテルに戻る途中で象数頭を見かけた
- 9:30頃～ 朝食
- 10:30頃? 専用車を2台乗り継いでヴィクトリアフォールズへ：ボツワナからジンバブエへ
- 11:14頃 ジンバブエに入る
- 12:15頃 Hotel Mercure Rainbow にチェックイン
- 12:?? ホテルで昼食
- 13:01 ホテルからヴィクトリア滝に向かう
- 13:12～ 世界三大瀑布の一つヴィクトリア滝を見物 \$30
- 15:39 ホテルに戻る
- 16:02～ ボートで動物探し(チップ\$3)：象、カバ、ワニなどと遭遇、夕陽を眺める
- 19:??～ ホテルの庭で夕食
ダンスと歌あり、CD購入、菊池さんはCDと冠とジェンベ(太鼓)！を購入

5月26日(水)

- 6:?? 朝食
- 7:00 バオバブ小学校訪問
- 9:50 ジョギングでジンバブエからザンビアへ:Ndabaさんとホテルで働く?さんも国境まで同行
- 10:06 ジンバブエ出国手続きを行い、ジョギングで緩衝地帯を経てザンビアへ
- 10:19 ヴィクトリア橋の Bungi Jump 場を通過
- 10:36~ヴィクトリア滝見物 Entry Ticket US\$20
- 12:20頃~ 昼食 (Zambesi Sun Hotel でビール MOSI とピザ)猿が高橋さんのピザを奪う!
- 13:50頃 ザンビアからジンバブエにジョギングで戻る途中、Zim\$10,000,000,000 を\$1 で入手
- 13:55頃 ヴィクトリア滝駅を見学
- 14:33 ホテル従業員(ランナー)と握手
- 15:30~ ホテル屋上でヴィクトリア滝を見物:虹は現れず期待はずれ
- ??:?? 夕陽クルーズ:ワインなど飲み放題!、象、カバなどをゆったりと見物
- 18:59~ 夕食 (タクシーでレストランへ、民族ダンスとバーベキュー)
菊池さんと池田さんが踊りの輪に加わる。長身のオランダ人と会う。
- 21:53 タクシードライバーの案内で町に出没した象を見物

5月27日(木)

- 6:?? 朝食
- 6:43 ホテル屋上で日の出を見る
- 6:53 象が倒したホテルの塀を見てからジョギングに出かける
- 10:?? Rainbow Hotel チェックアウト
空港に向かう途中、Big tree (Baobab)を見物
- 13:30 ヴィクトリアフォールズ発(13:40離陸) SA41 15E
- 15:10 ヨハネスブルグ着(15:14着陸)
- 16:46 エスプレッソコーヒー(R11)とマフィン(R20)を Vida E Caffè OR Tambo で購入
- 17:40 ヨハネスブルグ発(17:50離陸) SA573 27E
- 18:50 ダーバン着(18:37着陸)
- 19:06 専用車で City Lodge Durban Hotel へ移動し(途中でビール購入)、チェックイン
- ??:?? 國府さんと合流

5月28日(金)

- 6:30 朝食 Mis Happiness さんが働いていた
- 7:15 ホテル出発
- ?:?? コース下見(国際ランナー用) Durban Expo 前出発 : Pietermaritzburg-Durban
- 9:30-10:10 カジノ場で休憩
- 10:25-10:46 Comrades House 見学 : Sandyさんに説明してもらう
- 11:22 Pietermaritzburg の City Hall 前
- 12:00 コース最高標高地点を通過
- 12:26- 学校訪問 : 歌と踊りを鑑賞
- 13:08-13:24 Wall of Honour や Arthur's Seat を見学、菊池さん・雲峰さん・坂井さんの銘板発見
- 14:40 コース下見終了
- 15:00過ぎ 受付 : ナンバーカード(D29371)、チャンピオンチップなどを受け取る
- 16:24 Tシャツ 2枚を購入(Reebok) R149 x 2 = R298
- ?:?? ホテルに戻る途中、LiquorShop でビール購入
- ?:?? 夕食

5月29日(土)

- 6:?? 朝食
- 9:47 受付会場付近で Don Winkley さん(Run Across America 2002 参加者)と会う。
- ?:?? 博物館見学とダーバン市内散策 : 草履購入
- 14:37 LiquorShop でビール(Castle Dumpie 6S と Amstel 6 X 330 ml)を購入 R. 70. 25
- ?:?? ホテルのレストランで夕食 ビール(R15.00 X 2本)

5月30日(日)

- 2:30 バスに乗車し(R60. 00)、ピーターマリッツバーグへ。
- 5:30 ピーターマリッツバーグ・シティホール前をスタート。
- 15:25 ダーバンの Sahara Stadium Kingsmead (クリケット場)にフィニッシュ(89. 28km)。
- 15:?? 荷物を受け取り、シャワーを浴びてからインターナショナルテントへ
ツアー参加者5名全員が完走! 有森さんも3度目の正直で完走!
- ?:?? ホテルで完走祝賀会

第85回コムラッズマラソン完走記

2010年5月30日、ダーバンを2:30に出発したバスは順調に走り、ピーターマリッツバーグのシティホール付近には4時前に到着した。

トイレに行き、準備運動を行い、ツアー参加者5名で記念撮影。午前5時が近づいてきたのでゴール地点に運んでもらう荷物を預け、Dゲートからスタートブロックに入った。ブロックは各自の記録に基づいて、A～Hに分けられており、Dは中頃よりちょっと前ということになる。

スタート時刻を午前5時と勘違いしていたので、4:59にはカメラの電源を入れて、スタートの瞬間を待ったが、5時を過ぎてもスタートするはずもなく、2～3分たってからスタートが5:30スタートだということ思い出した。

5:30に「コケッココー」という鶏の鳴き声の物真似が聞こえてスタート。まだ暗い。スタート地点までは約3分かかった。最後尾グループだった國府さんは10分かかったという。

登り坂を走るの苦手なので、今年は「下りコース」だということで参加したのだが、前々日のコース下見で起伏が多いことを実感し、「下りコース」も楽ではないとわかった。そこで、いつものことではあるが、上りは無理せずに歩き、下りと平坦路はそれなりに走る作戦で走り出した。

5:54にあと86km地点を通過。距離はカウントダウンで表示される。6:15に11時間のペースメーカーを追い越した。6:21には夜が明けてきた。6:33にあと80km地点を通過。

応援とエイドは噂通りに多く、歌ったり踊ったりしながら応援する黒人女性たちには特に励まされた。子供たちの応援も多かった。各地で聞いたショショローザ(南アフリカの労働歌)は走るリズムに合って良かった。南アフリカの人たちは視力が良いのかナンバーカードに記されている名前を遠くから読み取って「Makoto, Makoto, ...」と応援してくれた。ランナーからも「Makoto はどこから来たんだ」とか「日本から来たんだね」と声をかけられて、楽しい気分であ走れた。時々、「Chinese man」と呼ぶ声を聞こえたが、日本人と思われた割合が高かった。写真撮影しながら走っているのを見かけて、「撮ってあげるよ」と走っている証拠写真を撮ってくれるランナーもいた。

8:52に第1 関門(カットオフ10:40)を通過。9:17頃、走り出してからは初めて日本人と出会った。Toruさん(大阪)には登り坂で追い越され、下り坂で追い越した。「とおる」さんが中野道さんだということをSandyさんから帰国後に教えてもらった。

10:31に中間地点(カットオフ11:40)を通過。ほぼ5時間だから、終盤の下りで走れたらサブテンで走れそうだった。10:37には Arthur's Seat に花を捧げ、10:39には Wall of Honour の前を通過した。あと31km地点を過ぎ、12:06には第3 関門(カットオフ14:00)を通過。下り坂が続くようになり、12:49にはダーバンの市街地が見えた。あと20km地点を過ぎ(13:13)、日本人女性に応援してもらった(13:26)。現地に住んでいる方らしい。

14時頃、応援している方から白ワインを御馳走になった。味見のために一口飲むと美味しかったので、残りを一気に飲み干すと、「テキーラはいかが」と勧められた。「テキーラも好きだけど、今日は止めておきます」と答えて走り出した。

14:20にあと10km地点を通過。7分/kmペースより少し速く走ればサブテンを達成できる。14:41に最終関門(16:50)を通過。15:06にダーバン駅を右に見て通過し、ダーバン市街地に入った。15:14にサブテンのペースメーカーとそれに続く大集団に追いつき、15:15に追い越した。15:23にゴール地点のクリケット場に入った。応援が一段と多い。15:25にフィニッシュ。サブテン達成だ。翌日の新聞によれば記録9:55:24だった。

サブテンランナーのフィニッシュを見届けてから、完走証(はがき大)と完走メダルを受け取った。メダルは例年は10円玉程度の大きさだと言うが、今年は第85回の記念大会で、直径45mm程度の大きなものだった。

給水を受けてから、預けていた荷物を受け取り、水シャワーを浴びた。やや熱中症気味だったが、冷たい水で身体を冷やしたので元気が回復した。前日に購入した南アフリカの旗とサッカーボールを描いたサンダルに履き替え、インターナショナルテントへ向かった。

インターナショナルテントには池田さんがすでに到着しており、Sandy さんも出迎えてくれた。16:17に池田さんと完走メダルを首に掛けて記念撮影。インターナショナルテントでは、食事やビールを含む飲み物が振る舞われる。コムラッド・マラソンの参加費は、南アフリカ人は R230.00(約\$30)、それ以外のアフリカ諸国の人は R300.00(\$39)、アフリカ以外の国際ランナーは\$180.00 なので、アフリカ以外に住む人の参加費はべらぼうに高いが、コース下見とレース後の特典を考慮すれば、多少は納得する。

走り終わった直後は体温上昇で食欲がなかったが、水シャワーのおかげで体調が回復し、食欲旺盛になっていたので、晩御飯のつもりでお代わりして御馳走になった。ゴールが近いと思われる菊池さんがスタジアム内に現れるのを待ちながら、日本人が集まっているイスが並んでいる方角を振り返ると、有森裕子さんが到着していた。一昨年と昨年は中間地点でリタイアしたというが、三度目の正直で今年は完走したことになる(10:49:20)。有森さん曰く「オリンピックのメダルよりもコムラッド・マラソンの完走メダルが嬉しい。」

「本当かなあ」と思うが、とても嬉しそうな表情だったのは確かだった。せっかくだから、有森さんと一緒に記念撮影させてもらった(16:26)。池田さんが有森さんにサインしてもらいたかったようだが、ちょうど良いタイミングはなかった。池田さんは9:35:52で完走し、日本人ランナーでは1位で完走したのだから、池田さんが有森さんにサインしてあげたほうが良かったのかもしれない

菊池さん、國府さん、膝に不安を抱えていた高橋さんもフィニッシュ。コース下見でお会いした高木さん(可児市)も完走。有森さんをサポートしているという清水さん御夫妻にもお会いできた。レース中に中野さん(大阪)にお会いしているので、日本から参加した9名全員に会ったことになる。海外在住で参加したのは池田さんなど9名で、高野さん(イギリス在住)、海外協力隊で仲間数名と参加しているという方々にも会ったので、参加した日本人のほとんどの方々と出会うことができた。

日本人[ツアー参加者]と知人の記録(参加者約23,500名中、日本人は18名)

Ikeda Tetsuro	9:35:52	初完走
Koshita Makoto	9:55:24	初完走
Takano Hideo	10:28:59	Green(10回以上完走)
Yamane Hiroki	10:37:52	
Arimori Yuko	10:49:20	初完走
Kikuchi Ryo	10:50:12	初完走
Takagi Hisashi	11:27:55	
Winkley Donald	11:33:20	米大陸横断レース完走者
Kokubu Yasushi	11:33:25	3回目の完走
Nakano Toru	11:44:51	2回目の完走
Tamura Jumpei	11:45:50	
Takahashi Shinichi	11:46:21	9回目の完走
Shimizu Tadaharu	11:55:01	

5月31日(月)

- 6:30 朝食
- 6:?? City Lodge Durban Hotel をチェックアウト
- 7:00 専用車でダーバン空港へ：國府さんと同行
- 8:55 ダーバン空港発(9:11離陸) SA607 25E
- 11:05 ケープタウン空港着(10:57着陸)
- 11:?? 専用車で City Lodge Victoria & Alfres Waterfront へ移動、チェックイン(223号室)
- 13:30 **ワインランド観光**：國府さん、オーストラリア女性、?国の女性2名と合計5名
- 14:26 Seidelberg に到着 Chardonnay 白ワイン R68.00 を購入
- 16:24 Waterford Estate に到着 Pecan Stream Cab/Shiraz (赤ワイン) R50.00 を購入
- 17:36 日没
- 17:?? ホテル到着：シグナル・ヒル夜景鑑賞は行わず
- ??:?? ホテルで食事(R172.00/2名)。

6月 1日(火)

- 7:00 朝食
- 8:30 **ケープ半島と喜望峰の観光**：オーストラリア女性(前述)とロシア人男性と4名
アザラシを陸地で見物(船には乗らず)
- 11:23 喜望峰に到着
- 11:45 ケープポイントに到着
- 11:57 Historic Lighthouse (1860-1919)に到着：南極は見えない
- 12:13 Operating Lighthouse (1919-)の近くに到着
- 13:00頃 Boulders に到着し、ペンギンを見物
- 13:57頃 昼食@Boulders ラムとマトンとカレー料理+ビール(國府さんはビール2本のみ)
- 15:48 庭園散策@Kirstenbosch National Botanical Garden (R35.00: 支払済み)
- ??:?? 夕食：ホテルの部屋で

6月 2日(水)

- 7:00 朝食
- 8:13 City Lodge Victoria & Alfres Waterfront をチェックアウト
5/31の夕食代を支払う(R172.00:2名分)
- 8:30 **テーブルマウンテン観光**(タクシー利用)に出発
- 8:50 ケーブルカー(往復R160)で頂上に登って散策、喜望峰方面やケープタウンを眺めた。
カメラのバッテリー容量がなくなって撮影場を限定した。
- 10:30 テーブルマウンテンからタクシーでホテルへ(チップ込みタクシー代R190)
- 10:?? ホテルから専用車で空港へ。
- 11:40 Exclusive Books Airport で South Africa (R55)、Game Parks of South Africa (R103)を購入
- 12:50 ケープタウン発(13:03離陸) SA334 31A
- 14:50 ヨハネスブルグ着(14:40着陸)

15:38 Big Five Duty Free (PTY) Ltd でチョコレート6枚(R45x3+R50x3)、Cheeseboard (R35)、KWV 10 year Brandy (R67)、KWV Sauv Blanc Res (赤ワイン、R76)、KWV Cab Sauv Res (白ワイン、R124)を購入

16:?? 機内持ち込み荷物が8kg以内の制約があり、1.5kgの荷物を國府さんに預かってもらう。

16:55 ヨハネスブルグ発(17:08離陸) [日本時間24:08] SA286 67H

6月 3日(木)

12:15 香港国際空港着(11:45着陸) [日本時間12:45] 6628 miles, 10,666 km

國府さんに預けていたシャンプー 2本(Comrades受付時にもらった物)が没収

16:10 香港国際空港発(16:31離陸) [日本時間17:31] CX532 43C

21:05 中部国際空港着(20:36着陸) 1631 miles, 2640 km

21:17 名鉄電車に乗車(中部国際空港→金山)

22:?? 金山からバスで滝子通二へ、徒歩で帰宅。12日間の旅行が無事に終了。

今年「下りコース」"down run" だったので、下り坂の好きな私は Comrades Marathon への参加を決めた。結果的には、ゴール関門に2時間ちょっとの余裕があった。

来年は「上りコース」"up run"になり、登り坂を走るのを苦手とする私としては、今年よりかなり時間がかかるのは明らかだが、登り坂が続くのはまだ元気な序盤だし、2時間も余分にかかるとは思えない。Comrades Marathon には1回参加すればもう良いと思っていたが、上りコースも完走できそうだと思う結果だったので、2011年にも参加し、二つのコースの完走を目指したい。初参加の人が完走し、翌年も完走すればメダルを2個授与されるという話なので、来年も是非参加して完走したいし、Comrades Marathon のことがよくわかるように、ビデオカメラ撮影ランを行い、コースやランナーや応援の方々の様子を映像に残したいと思う。