



バイクやランは周回コースが多く、道幅の狭い場所もあるため、周囲の状況を確認しながら走らなければならない。

Top Triathlete Interview

第一人者の高橋侑子さんが語る、来るべき「東京」への想い

「海外での経験を重ねて、東京オリンピックに挑みたい」

2018年、アジア競技大会で優勝した高橋侑子選手は、海外に拠点を置き、世界のトップ選手と練習を重ねています。東京オリンピックを目指す高橋選手に、競技に対する想いや観戦のコツなどを語ってもらいました。

海外を拠点にし、世界のトップ選手と共同生活をしながら練習と大会出場の日々を送っているの、日本にいてるのは年に1カ月くらいです。トライアスロンでは国籍を超えて一緒に練習する選手が多く、専属のコーチもいます。その環境に身を置くと、走力や環境への適応力など、すべてにおいて世界との壁を痛感します。

淡々と走っているように見えるトライアスロンですが、選手同士の駆け引きも激しいスポーツです。選手それぞれ得意、不得意があり、どこで引き離すか、どこで距離を詰めるのか周囲の状況を確認し、考えながら走っています。最近ではコース設定が非常に難しくなっていて、特にバイクは急なコーナーや勾配が激しい道など、高い技術が求



Profile

たかはし ゆうこ／父親の影響でトライアスロンを始め、ジュニアカテゴリーで活躍。2007年にトンヨンASTCトライアスロンアジアカップでジュニア日本代表として国際大会デビュー。日本学生選手権4度優勝。2017年1月から海外に拠点を移してトレーニングを行う。今年5月の世界トライアスロンシリーズ横浜大会では、自己最高の4位入賞を果たした。富士通所属。

められる勝負ポイントがいくつもあります。国によってはチャンピオンを生むためにアシストの選手をつけることもあります。また、種目から種目への切り替えを意味するトランジションは4つ目の競技と言われるほど重要で、いかに素早く正確に行えるかが結果に大きく影響します。

東京オリンピックの代表選手が決まるのは来年の5月、出場枠は国の成績によって男女2〜3名です。この代表によって個人とミックスリレーが行われます。

今年の8月15日からオリンピックと同じ会場のお台場海浜公園周辺でトライアル大会が開催され、世界のトップ選手が参加します。オリンピックの代表選考を左右する大会になるのでぜひ注目してください。



海外を拠点にすることで視野が広まり、競技にもいい影響が出ている。

東京オリンピックの代表選手が決まるのは来年の5月、出場枠は国の成績によって男女2〜3名です。この