

**第 38 回瀬戸内海タートル・フルマソン全国大会(香川県) 2017 年 11 月 26 日
アップダウンのあるタフなコース**

事前のコース図である程度のアップダウンは予想していましたが、高低差が 30m 程度だったのでさほど心配していませんでした。しかし、スタートして 2km も走るといきなり上り坂、その後も 1~2km 走ることによりアップダウンの連続で、平地が続くことは最大で 2km でした。折返し コースなので後半もアップダウンに悩まされました。アップダウンを考慮して前半から抑え気味に走った結果、タイムはコースのわりに予想 外によく 3 時間 19 分 4 秒でゴールできました。アップダウンを除けば、全体を通して景色もよく変化にとんだ良いコースでした。

総合評価 84.1 点

次回大会参加者へのアドバイス

アップダウンの多いクロカンコースを走っておくなど、アップダウン対策を十分にやっておいてください。景色を楽しみながら走ってください。



