

## 1. 本戦まで

今回、推薦枠で WUOC に参加いたしました。最初は社会人1年目ということもあり、世界大会など出場できないと考えていましたが、せっきくの機会なのでという気持ちで参加を決めました。ここで WUOC に挑戦しないことを決めたら今後オリエンテーリングを続けられないのでは、という思いもありました。

実際、本戦に向けての練習は自分が思うほどできず、かなりむしゃくしゃしていたと思います。「学生の頃は世界大会に向けてあんなに練習したのに、今は出来ない」という気持ちと、でも本戦に向けて何かしらやらなければならないという気持ちが混合し、焦りと不安でいっぱいなままチェコへ向かいました。現地では、もう「楽しむしかない」という気持ちになり、トレキャンは楽しむことに集中しました。

## 2. 本戦

### ・ロング

ロングに向けては、日本で十分な体力トレーニングがほとんどできていなかったのも、まず体力が持つかどうかとても心配でした。本番では、やはり体力が持たず、体力面で悔いが残るレースとなりました。一方で、大きなミスはほとんどなかったため、「トレーニングさえしていれば」と率直に思いました。

しかし、これまでの世界大会では海外選手と体力の差を感じていたにも関わらず、今回も同じ反省に終わってしまうのは、自分は本当に舐めているなどと思わざるを得ませんでした。

### ・ミドル

ミドルに関しては、日本での合宿などもあまり参加できていなかったのも、技術面で大丈夫か不安でした。しかし、ミドルは終始「アタックだけは慎重に」ということを意識して、丁寧にやりました。フラットなトレインだったので、それも体力があればもっと・・・という気持ちも残りましたが、とても気持ちよく爽快に走れたレースでした。このレースでは、技術面では少しでも海外選手に食らいつけるかもしれないという希望が見えたように思います。

### ・リレー

リレーは私の希望で1走を担当させていただき、2走がさほ、3走はまいかで走りました。1走を希望したのは体力がないということを考えてしまいグダグダレースをしないように、なるべくついていきたいと思ったからです。しかし、団体戦ということで緊張してしまい、

リレーでは自分の冷静なレースが出来ませんでした。序盤から、ろくに地図も読まずに走り出したので、スタ1で早選手こずってしまいました。後半は自分のペースを取り戻し順調でしたが、さほに繋ぐ時、まいかがゴールした時は申し訳ない気持ちでいっぱいになりました。やはり、自分の出来る範囲以上にはならない、その時だけ頑張ろうとしてもダメなのだと感じたレースでした。

### 3. 感想・反省

今回の大会に参加して感じたことは、毎回感じていますが、体力がないということが第一でした。ミスは少ないが遅い、という感覚でした。しかし、その反省を今後どこまで活かし、練習し、より上を目指すことが出来るのかと考えた時、私には難しいかもしれないとも思いました。オリエンテーリングは大好きですし、今後も続けていきたいですが、どのようにオリエンテーリングの練習と向き合っていくか、じっくり考えたいと思います。

最後に、大会前に相談にのっていただいた方々、応援してくれた方々、本当に毎回ありがとうございます。おかげさまで、私は社会人になっても（一応）オリエンテーリングを続ける事が出来ています。WUOCの結果はあまりいいものではなく、申し訳ない気持ちではありますが、大変感謝しております。本当にありがとうございました。