

## 南阿蘇カルデラトレイル

高津 美佳

久しぶりに、完走出来そうなトレイル大会を見つけたので、思いきって前後泊してきた。高速道路を運転する勇気がないので、飯塚－小石原－杖立をって片道200k。内牧温泉までは、阿蘇カルデラの時に行っていたが、そこからさらに40kくらい進むと、地震で壊れた阿蘇大橋がそのままの形で残っていて、びっくり！

すぐそばには、新しい新阿蘇大橋がある。そして、数鹿流ヶ滝(すがるがたき)の看板、阿蘇大明神がここをけやぶって阿蘇カルデラ湖の水を流したとの伝説、数多くの鹿が流れ落ちたと書いてある。歩いて見に行くと、落差60mだが大迫力で感動した。

やっと、宿泊先のグリーンピア南阿蘇に到着。客室・露天風呂から、阿蘇五岳が見える。

夕食は、阿蘇赤牛のすき焼き、プラス1200円で呑み放題つきは、◎！

(大会)

南阿蘇カルデラトレイル大会は・50K・30k・18kの3コース。本当は50kと言いたいところだが、関門に引っかかるので、30kコース走る。

霧雨の中、朝8時30分にスタート。50kは朝の6時スタート・ライトを付けて雨の中・・・

8の字のコースなので、エイドは1か所を2回、通るイメージ。はじめはロードの登り、8kくらい、嫌いではない。約7kで、最初のエイドに到着、びしょ濡れの50kに人達がいる。8kで大矢岳・ここからは、アップダウンの少ない走りやすい林道だが、黒い土がぬかるんでいて、すべる・すべる・トレランシューズが、役に立たない。しかし、眺めはサイコー！雨もあがり、霧がでていたので、外輪山のコースから見下ろす阿蘇大カルデラを、厚い雲海がおおいつくしている、まるで絵画のように幻想的。あーこんな景色が見られるとは、来てよかったと、思いながら走る。道案内の白いテープが、100メートルおきに丁寧につけていて今までで一番分かり易い。14kの冠ヶ岳を過ぎ、同じエイドで、ホットミルクを飲んで気合を入れて、大矢野岳から駒返峠へと進む、ここからの5kの下りが、大きな岩場があって危険、いやになる。

50kのランナーから抜かれ、18kのランナーを抜いて、なんとかゴール！  
スタッフから、コーラとうどんをもらって、食べる、美味しい！

寒いので、車の中で着替えて、さて、高津（啓）は、リタイヤかな？と思っていたら、車のドアミラーに、記録証をひらひらさせて、歩いてくる、姿が、近づいてきた。最終ランナー＆最高齢者。股関節が痛い中、よく頑張ったので、嬉

しそう。だんだんと、エントリー出来る大会が少なくなってきたので、大切に

たい南阿蘇カルデラトレイルでした。

2022年12月4日



