

第100回箱根駅伝

2区

箱根駅伝区間分析 2区

区間距離

23.1km（最長区間）

区間記録

第97回 Y.ヴィンセント（東京国際） 1 : 0 5 : 4 9

日本人最高

第96回 相澤 晃（東洋大学） 1 : 0 5 : 5 7

日体大記録

第97回 池田耀平 1 : 0 7 : 1 4

過去5大会の区間1～10位の区間記録と平均タイム

	第99回	第98回	第97回	第96回	第95回
1	1:06:22	1:06:13	1:05:49	1:05:57	1:06:18
2	1:06:24	1:06:41	1:07:09	1:06:18	1:06:45
3	1:06:34	1:06:41	1:07:14	1:06:18	1:07:12
4	1:07:09	1:06:49	1:07:15	1:06:46	1:07:37
5	1:07:22	1:07:02	1:07:17	1:07:03	1:07:44
6	1:07:29	1:07:02	1:07:18	1:07:05	1:07:47
7	1:07:32	1:07:09	1:07:27	1:07:13	1:07:53
8	1:07:53	1:07:10	1:07:30	1:07:19	1:08:05
9	1:07:54	1:07:11	1:07:33	1:07:29	1:08:09
10	1:08:05	1:07:21	1:08:05	1:07:52	1:08:30
平均	1:07:16	1:06:56	1:07:16	1:06:56	1:07:36

○過去5大会の区間賞、区間5位、区間8位、区間10位の平均タイム

	区間賞	区間 5 位	区間8位	区間10位
第99回	1:06:22	1:07:22	1:07:53	1:08:05
第98回	1:06:13	1:02:02	1:07:10	1:07:21
第97回	1:05:49	1:07:17	1:07:30	1:08:05
第96回	1:05:57	1:07:03	1:07:19	1:07:52
第95回	1:06:18	1:07:44	1:08:05	1:08:30
平均	1:06:08	1:06:18	1:07:35	1:07:59

データから見ると68分切りで走れば区間一桁で走れる。

・前回大会の5キロごとのラップタイム

藤本珠輝（日体大）

5キロ	10キロ	15キロ	20キロ	区間記録
14 : 22	29 : 01	44 : 18	58 : 52	68 : 11
	14 : 39	15 : 17	14 : 34	

区間賞 吉居大和（中央大）

5キロ	10キロ	15キロ	20キロ	区間記録
13 : 52		43 : 08	57 : 18	66 : 22
			14 : 10	

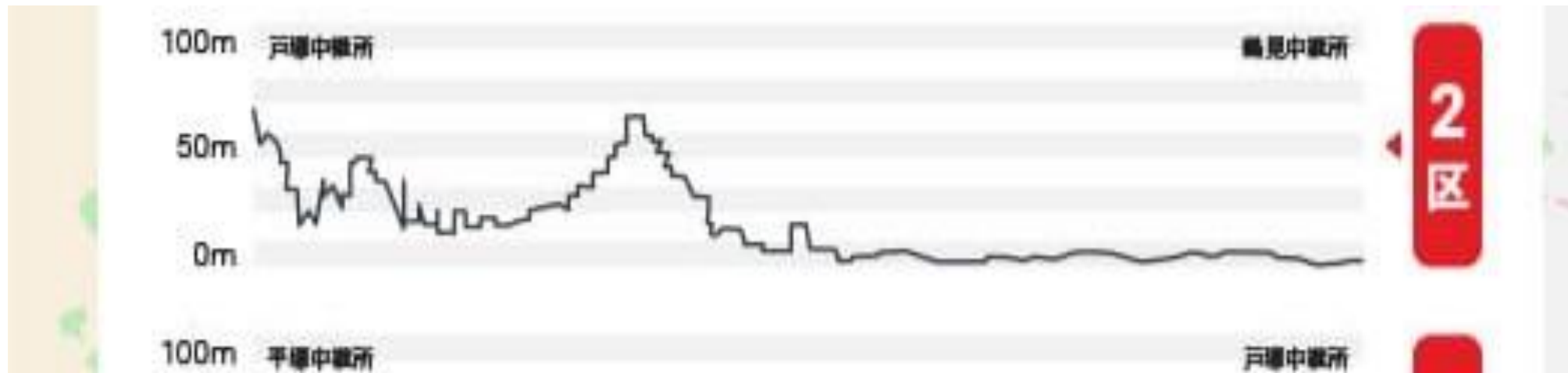
区間10番 石塚陽士（早稲田大）

5キロ	10キロ	15キロ	20キロ	区間記録
14 : 31	29 : 10	44 : 16	58 : 55	68 : 05
	14 : 39	15 : 06	14 : 54	

コースの特徴

2区の特徴として、各校のエース級のランナーが集まる。

勝負を分ける二つの上り坂がある。14 km付近から続く権太坂と20 km過ぎからゴールまで続く約3キロにも及ぶ戸塚の壁と呼ばれる上り坂がある。後半が勝負を分けるポイントになる。



過去に区間記録を塗り替えた方の攻略法

・早大・渡辺康幸

最初の10kmをハイペースで入れる選手は何人もいるんですけど、後半が難しいんですよ。最低30kmレースを走るくらいの気持ちでスタートラインに立たないと、2区は絶対に20kmで止まります。

・順大・三代直樹

最後の3kmは上って、下って、上ってという難所です。体力的にも枯渇しているなかで、いかにペースを上げられるのか。スピードがあっても厳しいですし、スタミナだけでも難しい。そういう意味ではスピードとスタミナの両方をつけることが事前の対策になると思います

- ・ 区間の攻略法

1区が集団で来る可能性が高くその際は集団を使って多少速くても10, 7キロまでは突っ込んで入る。10～15キロはどんな選手でもペースが落ちるので思い切ってそこは休むつもりで走る。20キロ以降の走りでかなりタイムが変わるので20キロまではもう1番振り絞れるくらいの力で走る。

1区が単独できた場合は突っ込むと後半失速するケースが多いため序盤から突っ込みすぎずイーブンで走る。

1区の区間順位次第でレースの進め方が大きく変わってくるためどの順位で来ても自分の走りをするのが大切。

また、エース級のランナーが投入されるということにより、ごぼう抜きなどあり、3、4、5区に関わる重要な区間であると思う。

- ・ 気象条件

選手が鶴見中継所に着く 9 時頃の神奈川県・横浜の気温は、過去 10 年はおおむね $5 \sim 7^{\circ}\text{C}$ ぐらいですが、高い時は 10.0°C 、低い時は 1.9°C と、その差は 8°C もある。

今年は気象状況が読めないと思うので、万が一暑くなった時も想定する。

第99回 藤本珠輝さんの参照

3：45 起床

3：55 朝練習

4：30 朝食

6：20 合宿所出発

6：50 鶴見中継所到着

7：45 アップ開始

8：35～8：50 招集（中継所の選手待機エリア）

9：05 2区スタート予定

※招集からスタート時間までの間が長いため、その対策をしておく。