





# 東京2020オリンピック自転車ロードレース競技コース解説

## コース解説者

トム・ボシス Tom Bossis

### 山中湖村を「自転車の聖地へ」

世界のトップチーム「AG2R la Mondiale」の下部育成組織で育成を受け、プロ選手として世界を回ってきたトムさん。

3年後、日本語を身に付け、山中湖村の国際交流員に着任。これからは五輪の自転車ロードレースを機に、山中湖村を「自転車の聖地へ」と取り組んでいます。

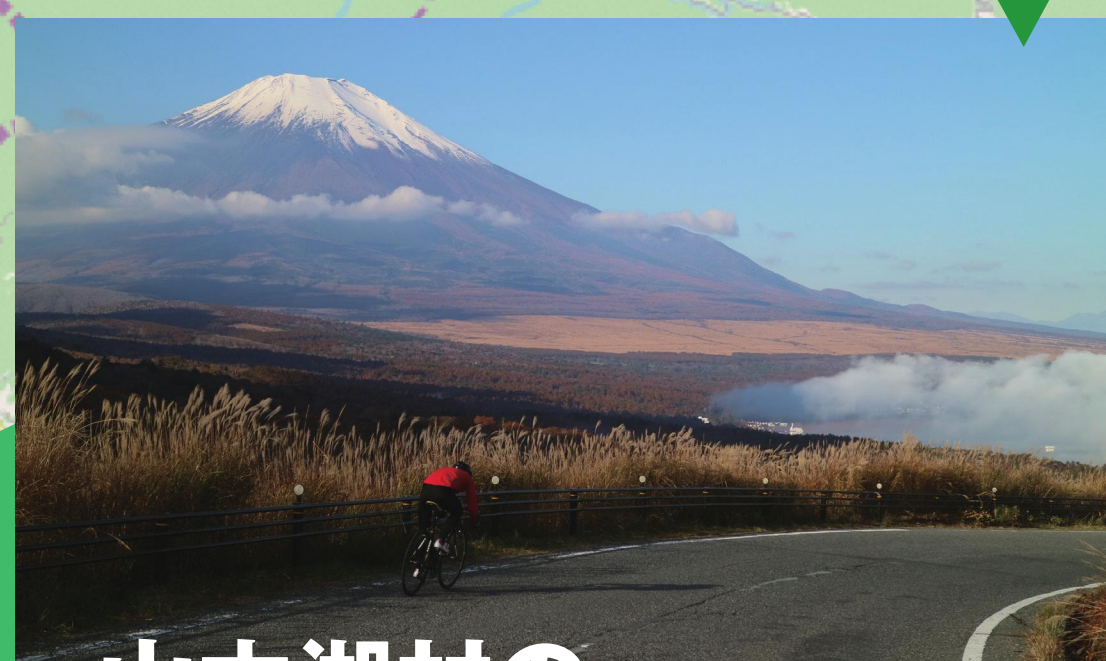


元フランス  
プロ選手

最大勾配20%を越える三国峠



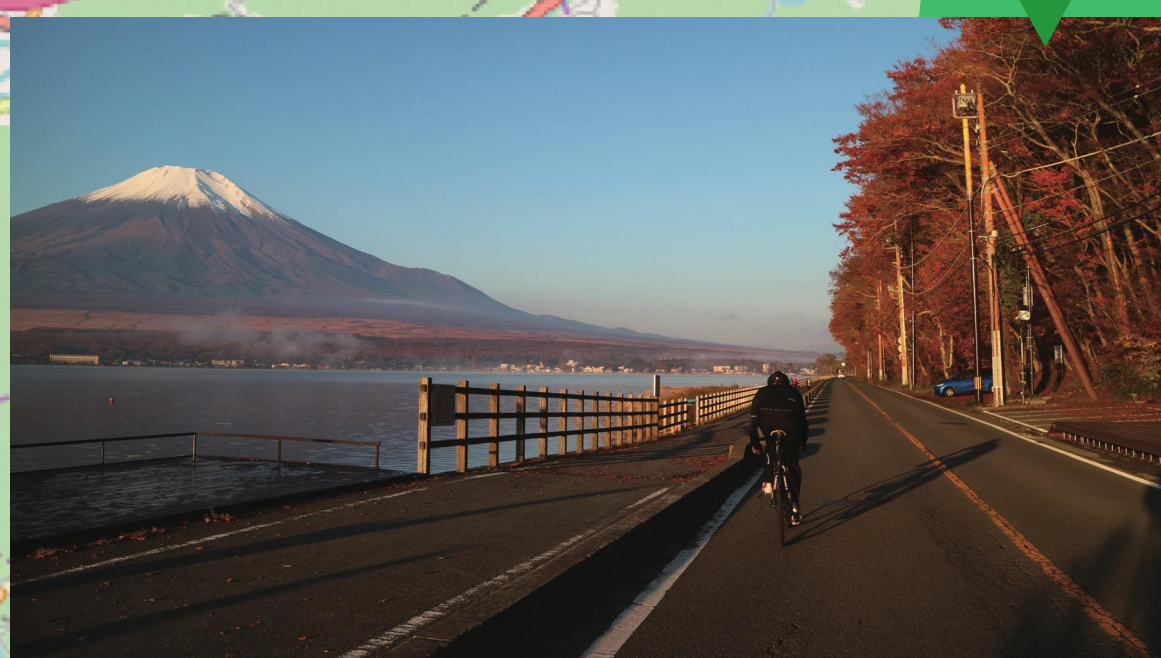
富士山と山中湖を一望する下りコース



### 山中湖村の見どころポイント

世界遺産の富士山を間近に見ながらの魅力満点の山中湖湖畔沿いコース。湖畔にはサイクリングロードもあり、見ることも自分で走ることも可能です。

山中湖と富士山を望む長池湖岸



残り 159 km

「道の駅どうし」を通過し、山伏峠に近づくにつれて斜度がきつくなっていきます。スタート地点からすでに100km近く走っており、この付近でタイム差は最大になるでしょう。山伏峠付近まで来れば、メイン集団の動きにより初めてタイム差が縮まる可能性もあります。

残り 145 km

「長池親水公園」付近では、雄大な富士山がいきなり選手たちの目に飛び込んできます。この時点では、山伏峠でメイン集団が動いたとしても、逃げ集団とは大きなタイム差がまだあるはずです。

残り 139 km

ラスト20km内にも通過する籠坂峠を1回通ります。タイム差を縮めたいチームがアシストを使い集団のペースアップを始めるはずですが、有力選手は最後の勝負に向けてコースを確認し、ようやく長い下り坂になります。

残り 89 km

登りを終えたところでは、逃げ集団の選手たちがすでに捕まっているかもしれませんが、まだ先行していたとしても、後方集団から追いつきたい選手が出てきて、下り区間で合流を狙うでしょう。また、登りで最後にトップ集団と離れてしまった選手たちも、下りで復帰できるチャンスがあります。

残り 171 km

丹沢山地に囲まれながら、40kmも続く登りつばなしの「道志みち」を走行します。逃げ集団との差が大きければ、メイン集団がこの区間で簡単に追いつくことはできないでしょう。しかし、終盤に難易度が高いため、メイン集団は後半に追いつけると判断し、この区間では、体力を保つため無理はしないでしょう。そのため、差が最大で15分近くまで開くことも予想されます。

残り 29 km

三国峠の頂上にたどり着いた途端に下りへ入ります。登りで飛び出した選手が、道路の道幅を最大限に利用し、全開で下ります。選手は富士山と湖を眺められる今大会屈指の絶景スポットを楽しむ余裕はありませんが、世界中で観戦している人々にとっては非常に印象的な場面となるに違いありません。

残り 36 km

三国峠は、距離は6.7kmとグリーンラインの半分ですが、明神峠までの5kmの平均勾配は11.1%と非常にきつく、特に途中の「ドーナツ区間」(路面がドーナツ状の模様になっている区間)では、20パーセントを超えるところもあります。間違いなく、有力選手が勝負をかけるでしょう。このコースの見どころです。

残り 101 km

富士グリーンラインは、15kmで1000mの獲得標高差がある厳しい上り坂なので、のぼりを得意としている選手が動いてくるでしょう。しかし、ゴールまで100km近く残っていることもあり、優勝候補の選手にとってはまだ勝負するには早いでしょう。実力差のある選手やアシストとして役目を終えた選手たちはここで離れていき、メイン集団の人数が半分近く減ることが予想されます。

残り 58 km

富士グリーンラインの手前まで登りが苦手な選手は、エースの選手をアシストするため、メイン集団のペースが上がるでしょう。コーナーとアップダウンが続くこの区間を活かし、三国峠を先頭から離れずに超えるためには逃げておきたい選手が出てくるに違いありません。しかし、いよいよ勝負所に近づいてきているので、集団での位置取りが激しく、ペースが下がることはないでしょう。非常に戦略的で予想がつきにくく、面白い展開になりそうです。

残り 124 km

レース終盤の勝負どころです。それぞれの国の、プライドを賭け、たくさんのドラマが生まれるはずです。ワクワクしながら思いっきり楽しみましょう!

富士スピードウェイ Goal

## Tokyo 2020 Olympic Games Cycling Road Race Course

コースは、男女ともに武蔵野の森公園をスタート会場とし、東京都、神奈川県、山梨県、静岡県内を通り、富士スピードウェイでゴールします。

コース総距離は、バレード走行区間10kmを含む男子約244km、女子約147km、獲得標高(スタートからゴールまでの上った高さの合計)は男子約4,865m、女子約2,692mとなります。男子は、大会第1日目の7月25日(土)11時にスタート、女子は2日目の7月26日(日)13時にスタートし、世界のトップレーサーがゴールの富士スピードウェイを目指します。

東京から富士山麓に挑む景色の変化と雄大な地形の映像は、世界中に東京2020オリンピック競技大会の開幕を印象付けます。男女ともに、起伏の激しい難易度の高いコースとなりました。

### ●スタート:武蔵野の森公園 ●ゴール:富士スピードウェイ

(総距離:約244km、レース距離:約234km(スタート後10kmはバレード走行)、獲得標高:約4,865m)

**(START) 武蔵野の森公園→是政橋**  
武蔵野の森公園→人見街道700m→「基督教大聖門」(左折)→東八道路3.2km→「前原交番前」(左折)→小金井街道2km(右折)→600m「けやき並木北」(左折)→800m(右折)→200m(左折)→府中街道

**(OFFICIAL START) 是政橋→道志みち**  
府中街道3.6km(右折)→800m「向陽台小学校南」(左折)→500m「稲城五中入口」(右折)→900m(左折)→「f稲城中央公園」(左折)→900m(右折)→400m「長峰二」(左折)→700m「若葉台公園西」(左折)→300m(右折)→300m「若葉台小学校西」(右折)→400m「多摩東公園」(右折)→400m「聖ヶ丘四」(左折)→200m(左折)→800m「聖ヶ丘二」(右折)→1.1km「聖ヶ丘一」(左折)→500m「多摩馬場」(左折)→1.4km「多摩東公園」(右折)→3.5km「南豊ヶ丘フィールド前」(右折)→1.5km「豊ヶ丘丘入口」(左折)→200m「多摩青木」(左折)→1.3km「多摩南部地域病院」(右折)→300m「島田南育センター入口」(左折)→多摩ニュータウン通り6.4km→「多摩ニュータウン入口」(右折)→町田街道2.3km→「坂下」(左折)→600m「元橋本」(右折)→900m「相模2」(左折)→300m「相模台」(右折)→国道413号線→2.8km「久保沢」(左折)→100m(右折)→県道510号線5.6km→「串川橋」(右折)→国道412号線1.6km→「関」(右折)→2.4km「青山」(左折)

**道志みち→山中湖→富士裾野→富士スピードウェイ(1周目)**  
国道413号線43.1km→「平野」(右折)→9.6km「旭日丘」(右折)→8.7km「須走」(左折)→151号線6.5km→(右折)→2km(左折)→国道469号線5km→「原里小前」(右折)→8.2km「須山」(右折)→3.7km(右折)→900m(左折)→200m(右折)→1.2km(右折)→8.7km(右折)→富士山スカイライン15.5km→「玉膳支所入口」(左折)→3.5km(右折)→1.9km(右折)→500m(左折)→2.1km(右折)→2.7km(左折)→富士スピードウェイ1周後Out(直進)

**富士スピードウェイ(2周目)→三国峠→山中湖→富士スピードウェイ(FINISH)**  
→1.5km(右折)→700m「車地蔵尊」(右折)→1.6km(右折)→2.1km(右折)→2.7km(左折)→富士スピードウェイ1周後Out(左折)→1km「稲城院」(左折)→11.4km(左折)→3.8km「旭日丘」(右折)→8.7km「須走」(左折)→151号線3.8km(左折)→0.7km(右折)→5.2km(右折)→富士スピードウェイ1周

距離数は目安です。また、「f」は交差点名を表します。コースの一部には自転車専用道路・有料道路や一方通行道路を特に進んでいる区間など、通常の自転車走行ができない区間があります。コースには標高の大きい峠や急カーブなど、自転車の走行に注意が必要な区間も含まれています。

