

ラップ解析法の真髄に迫る

桜井・羽鳥メソッドとは？

木村佳司

多くのオリエンテーリング愛好家が目にするラップ解析。しかしその真髄を知る人は少ない。ここではラップ解析の真髄「桜井・羽鳥メソッド」に迫る。



羽鳥和重

ラップ解析アルゴリズム開発者の一人
開発者のもう一人は桜井太郎

桜井・羽鳥メソッド

的場氏提供のオリエンテーリングレース解析ソフト「ラップコンバット」に組み込まれた計算方法は「桜井・羽鳥メソッド」と呼ばれるもの。これはいったいどんな計算方法なのだろうか？

「桜井・羽鳥メソッド」は、オリエンテーリングレース結果の解析を目的としている。

1996年に考案され、その後何度か修正され現在の姿に至っている。このアルゴリズムの考案時点では、これほどまでに利用されるとは考えていなかったようだ。

ところが実際にこうしたレース解析が、大変便利であり、オリエンテーリング能力を測るのに都合が良いことが知られるようになり、多く使われるようになってきた。

ラップ解析の前提

「桜井・羽鳥メソッド」を用いてラップ解析する時には、以下に示す通りのレースであったことが前提となる。

この前提を外れたレースでは、「桜井・羽鳥メソッド」を用いて正確な解析を行うことはできないことを、まず覚えておいて欲しい。

【前提1】

解析の対象となるレースにおいて、統計に値するほどの十分な参加者がいて、上位の実力が拮抗していること。



多くの参加者が居れば統計精度は上がる

【前提2】

あなたのレース中のミスは、コース全体の半分以下であること。

理想ランナーによるレース分析

「桜井・羽鳥メソッド」では一人の理想ランナーを想定し、その理想ランナーのレース進行を基準にして、レースの流れを解析し、その後個人個人を解析するという手法をとっている。

「理想ランナー」と聞くと、超人的な走力とテクニックを持つスーパーヒーローのような存在を想像しがちだが、単なる統計でそんな超人が作れるわけがない。

「理想ランナー」とはあなたが参加しているクラスで上位を走る人のタイムを統計上でイイトコ取りをしたような者である。ちょっとうさん臭い感じもするが、そのうさん臭さも含めて、極めて人間的な者を「理想ランナー」としているのだ。

【手順1】理想ラップタイムの算出

各レグの所要時間(ラップタイム)に着目する。すべての参加者ラップの中から「ベスト3ラップの平均値」を算出する。これを理想ラップタイムとする。

そう、これこそが理想ランナーが走

ったラップタイムとなるのだ。参加者全員が少なからずミスをしてしまった難しいレグでは、理想ランナーも同じようにミスをするにっているのだ。

【手順2】理想ウイニングタイムの推測

各レグの理想ラップタイムを、全レグ積み上げることにより、理想ウイニングタイムが算出される。

これこそ、いいとこ取りの極みだろう。各レグの上位3名に担がれる形で、理想ランナーはレースを進めてゆくのだ。

(理想ランナーは巡航速度 100% ミス率 0%でレースを終えることになる。)

【手順3】レグ比率の算出

オリエンテーリングレースにおける、各レグは一樣ではない。全体のレース時間に対して、各レグの所要時間がどの程度の寄与率なのかが1レグごとに異なっている。そこでレグ比率というものを求める。これは後の計算に使用する。

$$\text{レグ比率} = \frac{\text{レグの理想ラップタイム}}{\text{理想ウイニングタイム}}$$

理想ランナーがレースを振り返って、「スタートから第1コントロールまでの所要時間は、レース全体の10%だった。」ということになれば、このレグ比率は10%ということに決定する。



統計上の理想ランナーを走らせる。そのランナーとの差がラップ解析なのだ

個人のレースを解析する

理想ランナーによるレース全体の解析が終了したら、ここからは個人のレースを解析する。理想ランナーの成績と個人の成績を比較し、その比率や差を求めることで、個人のレース解析は進められる。

【手順4】

各レグにおける個人レース速度

各レグにおいて、理想ラップタイムに対して個人ラップタイムの比率を計算する。

$$\text{ラップ比率} = \frac{\text{個人ラップタイム}}{\text{レグの理想ラップタイム}}$$

もしあなたがベストラップを叩き出していれば標準ラップタイムに対して100%を切るラップタイム比率になっているはずだ。



各ラップで理想ランナーと勝負！

【手順5】個人理想フィニッシュタイム

もしもあなたがミス無しでレースを終えることができたなら、どのくらいのフィニッシュタイムを叩き出すことができたのだろうか？

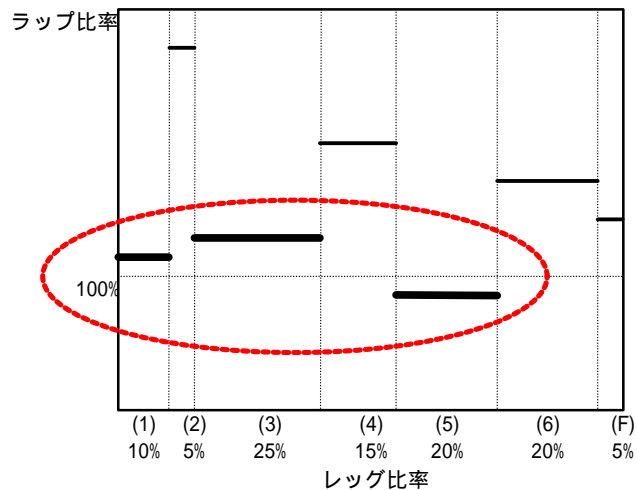
これを推測するところが「桜井・羽鳥メソッド」の特徴だ。

各レグのラップタイム比率が低かった順、すなわち個人レース速度が速かった順に個人ラップタイムを足してゆく。

それと同時にレグ比率も足してゆく。レグ比率が50%を超えたところで足すのをやめる。

つまり出来の良かったレグからラップタイムを積み上げてゆき、レースの半分程度はミスが少ないだろうから、レースの50%程度までタイムを積み上げたところで、タイムの積み上げを止めてしまう。なぜなら、これ以上タイムを積み上げると、ミス時間がその中に含まれる可能性が高くなるからだ。

個人理想フィニッシュタイムの計算



個人レースの各レグにおける理想ラップとのラップ比
横軸はスタートからフィニッシュまでのレグ比率

これらのレグの中で、出来のよかった(1)レグ、(3)レグ、(5)レグと合計レグ比率50%以上のレグを拾い出し、この調子でレース全体を進めることができたなら、どの程度のフィニッシュタイムにたどり着くかを推測する。

この時に積みあがったラップタイムの合計をレグ比率で割ったものが、個人理想フィニッシュタイムとなる。例えば、ラップ比率の良い順にレグ比率55.0%まで足していった個人ラップタイムの合計が55分00秒だったとしたら、残りの45.0%をその調子で走れば100分00秒でフィニッシュできるはずだったということになる。

【手順6】個人巡航速度

理想ウイニングタイムに対する個人理想フィニッシュタイムの比率を求めることで、個人巡航速度比率を求めることができる。

$$\text{個人巡航速度} = \frac{\text{個人理想フィニッシュタイム}}{\text{理想ウイニングタイム}}$$

【手順7】個人合計ミス時間・ミス率

個人理想フィニッシュタイムと実際のフィニッシュタイムとの差が、合計ミス時間となる。

$$\text{個人合計ミス時間} = \frac{\text{個人の実際フィニッシュタイム} - \text{個人の理想フィニッシュタイム}}$$

また個人合計ミス時間と実際のフィニッシュタイムとの比がミス率となる。

$$\text{個人ミス率} = \frac{\text{個人合計ミス時間}}{\text{個人フィニッシュタイム}}$$

【手順8】各レグのミス時間

あるレグにおける、個人理想ラップタイムは

$$\text{個人理想ラップタイム} = \frac{\text{標準ラップタイム}}{\text{個人巡航速度}}$$

レグにおける個人ミスタイム

$$= \text{そのレグのラップタイム} - \text{個人理想ラップタイム}$$

各レグにおける個人ミスタイムがマイナス値になることがある。それは、そのレグにおいては上手くレースができたことを物語っている。

以上が「桜井・羽鳥メソッド」によるラップ解析の方法だ。理解していたただけだろうか？ 手法を理解してラップ解析結果を見れば、数字はより意味を持って、あなたに語りかけてくるようになるだろう。



経験則に
基づく関係

ミス
時間



各レグの
ベスト3
ラップの
平均を、
全区間で
積み上げた
タイム

=

理想ランナーの試行錯誤

ラップ解析にはいくつかの前提がある。このあたりをもう少し解説する。

ラップ解析を行う上で、何らかの標準タイムが必要である。

レース優勝者のタイムは本当にベストタイムなのだろうか？ 優勝者のラップタイムを標準としてラップ解析に使用して良いものだろうか？

はたまた、理想ウイニングタイムは、各レグのベストタイムを積み上げていけばよいのだろうか？

いや、瞬間的に速いラップタイムを叩き出す者がいたり、レグによってはタイム差がなかったりタイム差が開いたりするものだ。

ベストラップ、2番目ラップ、3番目ラップはそれぞれ単独では解析の根拠となる信頼性には乏しい。

「桜井・羽鳥メソッド」では、各レグの理想ラップタイムとして、「ベスト3ラップの平均値」を採用している。

ベスト3ラップの平均時間を積み上げた時間と、ウイニングタイムからミスタイムを差し引いた時間は殆ど同じであることに羽鳥は目をつけた。これは長年のオリエンテーリングレースでの経験則とほぼ一致する。

桜井・羽鳥メソッドはこの部分が大前提となっている。解析の対象となるレースにおいて、上位の実力が拮抗していることが大前提である。

十分な数の参加者がいて、上位の実力が拮抗しているクラスにおいては非常に安定したラップ解析結果をはじき出すことができるのだ。

「ベスト3ラップの平均値」を使うことにより、理想ランナーを計算上の数値だけで作りあげることができたのだ。

統計ができないほど少ない人数のレースであるとか、上位参加者の実力が大きくばらついているようでは、正確

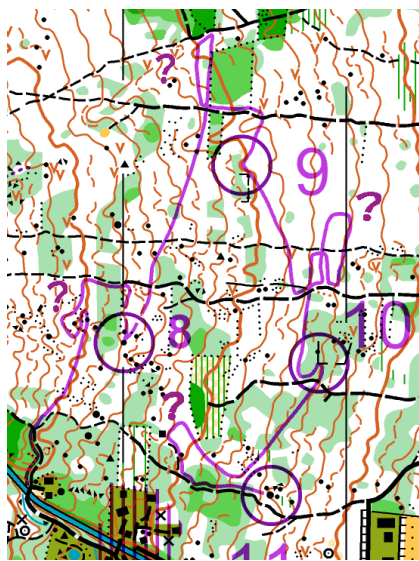
な統計結果は出せないのである。

レース中のミスは半分以下

「桜井・羽鳥メソッド」では、あなたはレースの半分は無視できる程度のミスしかしていないものと仮定している。

レース中、半分以上のレグでミスを頻発していたなら、この仮定に沿わなくなり、「桜井・羽鳥メソッド」では正確なレース解析はできないことになる。

この方法はある程度ミスの少ないレースを想定している。ミスだらけのレース解析は想定されていないのだ。



すべてのレグでミスをしてしまうと、本来想定していたレース解析はできない。

桜井・羽鳥メソッドの解説ページ(英文)
<http://www.2s.biglobe.ne.jp/matoba/public/olk/download/lapcombat/en/method.htm>

西脇氏による桜井メソッド解説ページ
<http://uolk.hp.infoseek.co.jp/lap/index.html>
(木村佳司)

(Page7より続く)

コーチングツールとして

オリエンテーリングのコーチングでいつも頭を悩ませる点が、レースアナリシス時の選手自己評価の正当性である。マラソンやサッカーなどと異なり、レース中の選手の状況を見ることができないため、選手の主観によるルート図作成と評価を聞くことが中心となってしまう。特に、どこでどの程度ロスしたのかは、そのような切迫した状況下で感じた時間感覚というものは、かなり誤差を持っていることは、良く知られている。しかしながら、このハートレートGPSを用いることで、どのぐらいの追い込み方(心拍数)で、どのようなロス(位置情報)をどのぐらいの時間やってしまったのが、一目瞭然となる。まさにコーチが状況を客観的に把握するには、最適なツールである。

現在、購入した機器を松澤選手に貸し出し、合宿やレースにてデータを取得し、このようなコーチングへの使用を試みている。データは、下記のサイトで随時公開し、読者の皆さんに評価していただきたいと考えている。

GPSハートレートモニタ評価サイト
<http://gpshm.seesaa.net/>

共同購入者募集!

機能的に申し分ないアイテムであるが、現在、日本国内で購入した場合、5万円以上する高価な製品である。しかしながら、米国では、200ドル台での値引き販売も既に始まっており、個人輸入することも可能である。ただ、個人輸入となると送料が高くつく上に、言葉の問題などがあり、敷居が高い。そこで、O-magazineを購読の皆様にご共同購入実施のお知らせをいたします。

電子メールにて、氏名、送付先(住所、電話番号)、購入希望個数を明記の上、

takasima@mrc.biglobe.ne.jp

へお知らせください。価格は、為替相場と個数により変動しますが、2万円以下での提供を保証いたします。(3万円を超える場合には、共同購入を中止させていただきます。)6月末に発注予定ですのでそれまでにご連絡ください。この機会に是非ご検討ください。

(高島和宏)