

# 蝶のように舞う人に贈る(?) バタフライループ攻略法

昨年のクラブカップリレーや今年の山形さくらんぼ大会にも登場し、国内でも走る機会が増えたバタフライループ。今回のオリエンテーリング道場では、その意味や攻略法について考えます。

## 21世紀のコース設定

近年の国際大会では「バタフライループ」が設定されることが増えました。バタフライループは元々、「有力選手同士の並走」が世界選手権等の重要なレースの結果に大きな影響を与えることがしばしばあり、それを防ごうとして生まれました。図1や図2のように複数のループが集合する区間を設け、ループを回る順番を変えて、並走になった選手を引き離すことを狙ったわけです。(バタフライループと呼ばれるのは、言うまでもなく形状が蝶のように見えるからです。もちろん、組み方によっては葉っぱのように見えたり、相合傘のように見えたりもします。)

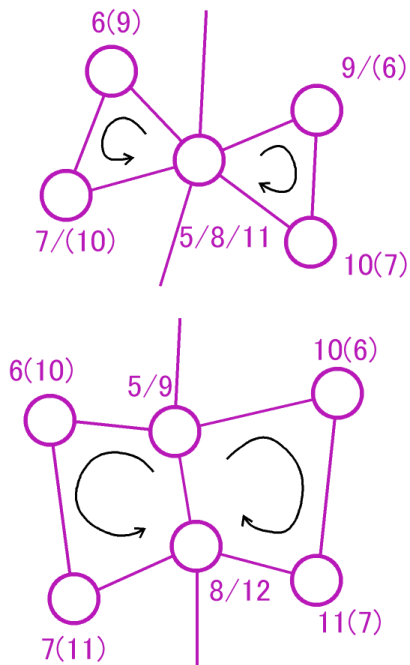


図1：バタフライループ  
上は「蝶つがい部分」が「点」のパターンで、下は「蝶つがい部」が「線」のパターン。「( )」外の数字の順番で回る選手と「( )」内の順番で回る選手を交互にスタートさせれば並走状態になっても一旦離れるため、公平性と競技性が上がると考えられている。

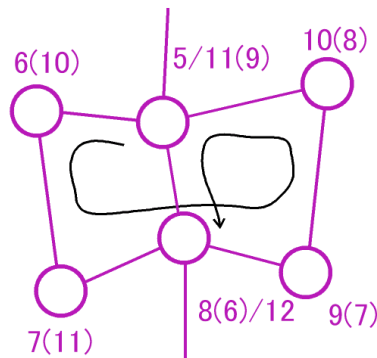
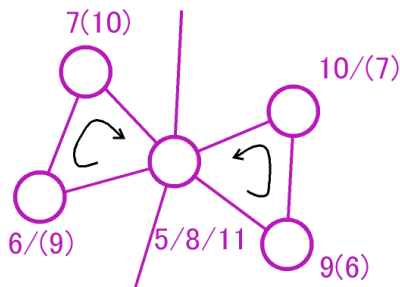
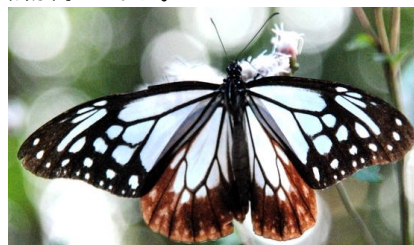


図2：コース図の形状は同じでも図1とは異なるコース

図1のコースとコントロール位置は同じままでも、回す順番を変えると印象の異なるコースになる。もちろん、一回の個人レースで図1の順番で回る選手と図2の順番で回る選手を混在させることは規則に抵触する。いざバタフライループを含むコースを組んでみると、この区間のコントロールをどのような順番で回すか決めるまでに、結構悩む。

なお、下のコースの9(7)もしくは10(8)のコントロールで地図交換を行えば、この部分がバタフライループであることを分かりにくくし、かつコース図を読みやすくすることができる。2005年にイギリスで開催されたワールドカップでは、実際にこの手法が用いられた。



## 規約で認められたコース手法

世界選手権にバタフライループが初登場したのは2001年でした。その頃から、IOF(国際オリエンテーリング連盟)の競技規則には次のような文言が加えられました。

個人競技においては、コントロール

の並びが競技者ごとに異なってもよい。しかし、すべての競技者は総体として同じコースを走らなければならない。

(2005年日本オリエンテーリング協会発行「オリエンテーリング諸規程集」に記載されるIOF競技規則16.7.日本語訳から引用)

個人競技にも、一部リレーのような考え方が取り入れられるようになったわけです。

## 最近のバタフライループ

さて、バタフライループは実際に「バック解体」の効果をもたらしたのでしょうか。それには疑問が残る点もあります。

バタフライループはロングのレースにおいて、ショートレッグを集合させて組まれることが多いのですが、これは「逆に新たな並走状況を生み出しやすくしているのではないか」という意見も聞かれます。

バタフライループは、確かに国際大会のロング種目でよく設定されるようになったものの、常に設定されるわけでもありません。

現に、2005年に愛知県で行われた世界選手権ロング決勝は、テレインが急傾斜であるという事情も手伝ってか、21世紀で初めて男女ともバタフライループのないコースで競われました。

「並走をほどく意図でバタフライを設定するなら、もっと大型のループにするべき」という意見があります。しかし、ロングのレースで、特に傾斜のきついテレインでそれをするとは「距離と登距離の無駄使い」となり、ロング特有のコースの雄大さが失われかねません。

2001年に秋田県で行われたワールドゲームズの個人戦(ミドル)では、ミドルレッグを中心とした1周15分ほどの2つの中型ループ(と、1周5分ほどの1つの小型ループ)を回るコースが組まれましたが、これには「会場付近を何度も通過させ、ショー性を増す」という演出上の意図がありました。バタフライとなると、やはり「ショートレッグの連続」が主流です。今後もこの「新種の蝶」は、その小さな姿をしばしばコース上に現わすことでしょう。

## バタフライが無かったケース

なお、バタフライループが組まれなかった2005年世界選手権ロング決勝ではまたしても上位者同士の並走が問題となりました。こうした状況から「有力選手ほど狡猾で、失格にならない程度に意図的な並走をしている」という穿った見方も生じますが、決してそうではありません。「力の接近した選手が一旦並走状態に入ってしまうと、離れたくても離れられなくなる」というのが実際のところだと思えます。

日本代表チームの元コーチであるヤリ・イカヘイモネン氏は、世界選手権で他の選手と並走状態でゴールし、入賞したある選手の言葉を紹介して、日本選手に「他の選手のナビゲーションを利用し、追走するだけならもちろん反則だ。でも、他の選手のスピードを利用し、ペースを保つことは許される」という指導をしていました。その「ある選手の言葉」とは、次のようなものでした。

ミスの後しばらくして2分後の選手に追い付かれ、一時的にスピードが落ちていたのを自覚した。追い付かれたことで、この選手と同じペースでナビゲーションできることを思い出し、再びスピードを取り戻して入賞することができた。

## バタフライを攻略するために

ここでは、前項で主流と記した「ショートレグが連続するバタフライループ」について攻略法を考えてみましょう。「大勝ちは望めないけれども、大負けの危険は潜んでいる」のがショートレグですから、ここをしっかりと凌ぎ切れればレース全体のリズムも整います。

まず、バタフライループでは「次に向かうコントロールを間違えない」ことが大事です。前項の図中、上の形状のバタフライループでは「蝶つがいのコントロール」から6本のレグ線が伸びていますから、混乱するのも無理はありません。次に正しいコントロールに向かうよう、バタフライに差し掛かる前に地図上に描かれる数字をしっかりと目で追って順番を確認し、脱出時も数字をしっかりと確認する必要があります。

「レグ線が6本ある」のですから、そこでは脱出もアタックも3回ずつ求められます。往々にして2回目以降のアタックでは「また同じコントロールに行くだけ」「記憶を頼ろう」と気を抜いてしまい、ミスを引き起こしがちで

す。しかし、「レグ」は異なりますし、アタック方向が変われば同じコントロールでも見え方が全く変わるので、注意が必要です。「コントロールが近づくにつれて気が抜ける危険が増す」と言い聞かせる必要がある分、また、ミスをした際には「一度来ているはずなのに」と焦りや落胆が大きくなる分、1回目以上に注意すべきかもしれません。（ついでに言えば、「パンチ忘れ」をする危険も、2回目以降増します。）

さらに、バタフライループでは自分とは異なる方向に向かう選手を頻繁に見かけることになり、平静に走り続けることを難しくします。バタフライ内で他の選手を見かけても、「自分とは違うコントロールに向かっているに違いない」と疑い、付いて行こうという誘惑を抑えて自分の手続きに集中するべきです。

バタフライに入る前が比較的簡単なロングレグだった場合、スピード調節や注意力調節も難しくなります。実際、熟練したプランナーほど、そうした調節をしっかり要求してきます。ショートレグが連続するバタフライは、「常にいずれかのコントロールの近くにいる、脱出とアタックしかししない区間」と考えると、注意を切らず暇はないことが自覚できます。「常に脱出とアタック」をしているのですから、「方向転換」や「円内の読み込みとイメージ作り」に対しては特に注意を払う必要があるでしょう。

## バタフライを練習に有効活用

このように攻略法を考えていると、バタフライがコースにアクセントを付けていることが再認識されます。国際大会でバタフライが設定されることが多いのは、当初の「バック解体」という目的以上に、「選手に多様な要求をする」という目的からなのではないかとも感じられます。ロングのコースにショートレグが続くバタフライを配置すれば、1レースの中にロングの要素のみならず、ミドルやリレーの要素も盛り込むことができるのです。ミドルやスプリントのコースにバタフライを取り入れても面白いでしょう。6月のさくらんぼ大会では、実際にそうした試みが見られました。

「バタフライによって様々な要素を問うことができる」とすれば、これを練習に活用しない手はありません。末尾に示す図は、筆者がプランナーを務めた練習会のコース図です。この日は

参加者の方々に3つのバタフライループを攻略していただきながら、前項の課題の洗練に役立てていただきました。

さらに、全員がゴールした後、筆者によるデモンストレーション走行を実施し、追走するのも定点観察するのも自由としました。筆者に追走するのは「体力的にちょっと」という方も、バタフライの中心部で待ち受ければ3度のアタックと3度の脱出を眺めることができたため、様々な角度から筆者の走りを観察してくれました。中には、一つ目のバタフライでの観察を終えた後、三つ目のバタフライへ移動し再度観察をする方もいました。

これまで述べたように、バタフライループには様々な効果が認められます。「レグ数の割に、資材や設置の手間が少なく済む」という運営上の利点もあります。読者の皆さんもクラブ内の練習で試してみたいはいかがでしょうか。

(松澤俊行)



【松澤俊行プロフィール】

1972年静岡県生まれ。東北大学に入学した1991年からオリエンテーリングを始める。2003年からの4年間、愛知教育大学 教育学部 生涯教育課程 スポーツ健康コースで生涯スポーツについて学ぶ。2007年4月からは同大学の大学院に進学し、スポーツの普及と指導に関する研究を続けている。日本代表選手として世界選手権での好成績を目指すと共に、全日本リレー愛知県選手団監督として、チームの総合優勝も目指している。主宰する「松塾」塾生募集要項も閲覧可能なホームページのURLは下記。

<http://members.aol.com/mazzawa/index.html>

# 昭和の森

Butterflies					
Training	4.4 km				
▷	↘	↙	↗	↖	↕
1	121	八			
2	124	八			
3	125	八			
4	121	八			
5	126	ㄟ			
6	127	↓	八		
7	121	八			
8	122	八			
9	128	八			
10	129	→	八		
11	122	八			
12	130	→	ㄟ		
13	131		八		
14	122	八			
15	123	●			↑
16	132		八		↑
17	133	↑	●		↑
18	134	→	八		
19	123	●			↑
20	135	↖	●		↑
21	137	●			↑
22	138	→	八		
23	123	●			↑
24	139	八			

- special symbols
- single tree
  - small water tank
  - × drinking fountain
  - ◉ statue or stone monument

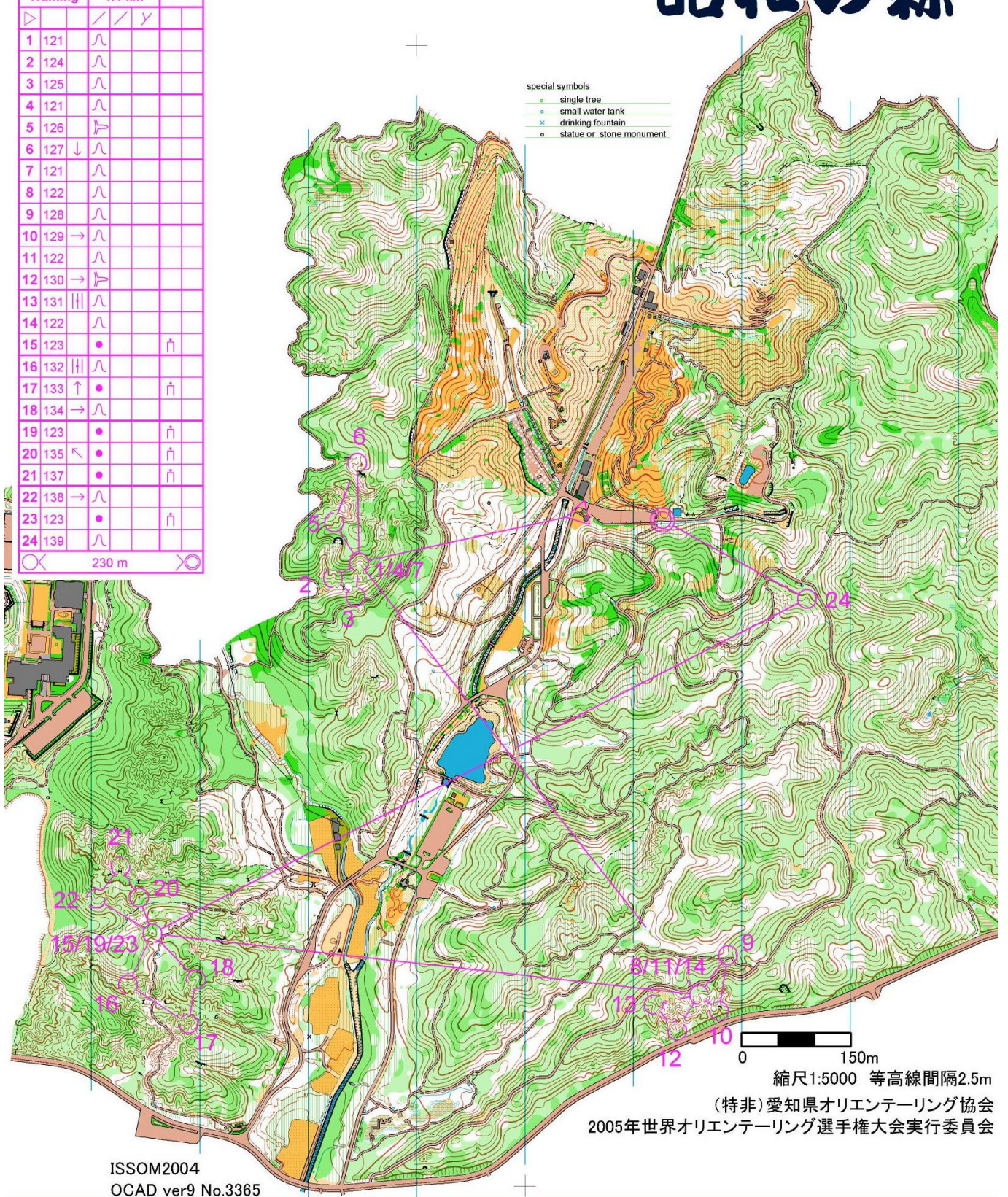


図3：8月4日愛知県選手団練習会コース図  
 3箇所にはバタフライループが設定されている。間はルートチョイスを問うロングレグでつないでおり、コース全体が蝶のような形状になっている。極端にメリハリが利いた、練習会ならではのコースである。筆者によるデモンストレーション走行タイムは41分15秒。