



大会スローガン「今こそ登れ！ アジアの頂点」



5月4日 平成21年度全日本大会を併設開催

大会の問い合わせ先 (社) 日本オリエンテリング協会 TEL 03-3467-4548 Eメール: asoc2010@gmail.com
<http://www.orienteeing.asia/index-ja.html>

活躍が期待される選手達

宮川早穂



アジア選手権のことを考えると、とてもうきうきしてきます。日本で国外の選手と競える。それもアジアのトップを決める大会。

一昨年の香港でのアジアジュニア合宿では、香港や中国の女子ジュニア選手たちは自分よりも上と感じました。しかし、1年半経った今は違います。どこまで他国の選手たちと勝負ができるのか。JWOC前のこの一戦、特にミドルではアジア女子ジュニアの頂点に立ちたいと思います。

深田 恒

私は、愛知県在住であり、地元で開催される今回のアジア選手権をとても楽しみにしています。特に結果を残したいと思っているのは中津川で開催されるミドルです。私がオリエンテリングを出会ってから初めての地元開催の国際大会である今回のアジア選手権の一番好きな種目で自分の満足のいく結果を残すことが出来るようしっかりとトレーニングをしていきたいと思っています。



と強さを持ち合わせた心身で走り切りたいと思います。

国内からも多くの方が会場に足を運ばれ、大会がますます盛り上がることを楽しみにしています。

加納尚子



久々に日本での国際大会、とても楽しみにしています。

今回のアジア選手権は、岐阜の花の湖、そして愛知の菅沼守義でレースがあるということですが、この2つの山は自分にとって、とても大切な機会と、そして結果を与えてくれた、いわば特別な場所です。

オリエンティアならそれぞれ、好きな山やテラインがあると思いますが、まさに自分のツボが大当たりとは、それだけでもラッキーその1です。そのときの良いイメージを思い起こし、無私の心で走りぬきたいと思っています。

朴峠周子



ひとつのパフォーマンスに日々の積み重ねをつなげていくことについて、昨夏からまた一段階ステップを踏めたように感じています。自分の成長と変化を受け止め、しなやかさ

加藤弘之



www.kstus.jp

多くありません。限られたチャンスを活かせるように、全力で準備したいと思います。

藤沼 崇

ASOC の目標はスプリント優勝、アジアチャンピオンになることです。

全日本スプリント・WOC と思うような結果は得られず、悔しい思いをしてきました。特に昨年10月の全日本スプリントは今でもトレーニングで苦しくなる度に思い出されます。その悔しさをバネに、これまでのオリエンテーリングに対する姿勢を変え、もっと深く自分と向き合うようになりました。ランのトレーニング量は約1割増し、筋力トレは3割増し。恥ずかしながら、これまで怠っていた反省とイメージトレーニングも毎レースきっちりと行うようになりました。

日本チームとしても、地元開催のASOCでアジアNo.1のJAPANを見せて、オリエンテーリング界を盛り上げていきたいと思っています。まずはその皮切りに、自分が頂上に立つ姿を思い

描いています。少しずつではありますが、確実にフィジカルもオリエンテーリングスピードも向上していると実感している日々です。あと2ヶ月、スピードトレーニングとスプリント対策を中心に、自分を信じて取り組んでいきます!!!ご声援、よろしくお祈りします!!!



2005年、愛知で開かれた世界選手権では、私は、代表選考からもれ、選手として迎えることができませんでした。今年、その愛知でアジア選手権が開かれるということで、2005年の無念を晴らすチャンスをいただきました。残り少ない競技者人生の中で、アジアチャンピオンになるチャンスは、そんなに

観 光 ガ イ ド

中津川市

根の上高原つつじまつり

根の上高原は、標高約930mで、高原一帯には、約30種10万株のつつじがあるといわれています。毎年ゴールデンウィークには、つつじ祭が開催されます。



中津川の五平餅

中津川駅前観光案内所

TEL0573-62-2277 FAX 65-2479

Eメール: n-kanko@takenet.or.jp

馬籠宿

文豪「島崎藤村」のふるさと馬籠宿は、木曾11宿の最南端、美濃との国境にあり、山の斜面に沿った全長600m余りの坂に開けた宿場です。



中津川の五平餅

中津川の五平餅は一口サイズの団子状のものが3つ並んだのが特徴。ゴマ、胡桃、落花生を丁寧にしょうゆにすり込んだたれを使います。

新城市

長篠合戦のぼりまつり 5月5日

1万数千の武田軍と総勢5万人を超える織田・徳川連合軍が、長篠の戦いを繰り広げる要となった長篠城址において開催されるおまつりです。この戦いで没した両軍将士の霊をなぐさめるため、関係将士の紋入りのぼり数千本を献植し、合戦行列、火縄銃の演舞、鳥居強右衛門街道ランなど様々なイベントが行われます。



長篠のぼりまつり

本宮山

標高789メートルの三河の名山で、山頂から麓にかけて見事な樹林が続く。山頂には杉や檜の老木の生い茂る中に大己命を祭る砥鹿神社の奥宮が鎮座し、夏なお涼しい神域です。登山道も整備されており、手ごろな山として多くの登山客が訪れます。

新城の五平餅

香ばしい赤味噌をご飯をつぶして焼いたお餅に塗り、炭火であぶった五平餅は、大きなものではわらじほどもあります。一口食べれば奥三河の文化が広がります。リレー会場近くの道の駅「つくで手づくり村」でも販売



新城の五平餅

新城市観光協会(新城市役所観光課)
TEL: 0536-32-0022 FAX: 32-2111
Eメール: info@shinshirokankou.com

新城市・中津川市の観光情報は両市および観光協会のホームページから紹介させていただきました。