

よいコースとは何か

全日本リレーオリエンテーリング大会 2013 を走って



全日本リレーME スタート風景。リレーならではの並走する走者間の競い合い、駆け引きがリレーの魅力だ

リレーだから盛り上がる

全日本リレー前日、いつものように県のメンバーでトレインの範囲とコースの予想であだこうだと会話が弾む。尾根道周囲の通行禁止、道路横断情報や距離の情報からかなりのことが分かる。最近ではグーグルアースやらストリートビューで、スタートフラッグまでの道路をバーチャル試走することもできる。仲間と戦うリレーだからこそ、そんなことでも盛り上がる。

中央部の尾根を南から北に上がることは分かっている。じゃあ、そこまでコースはどう回っているのか？距離があるMEはまだしも、MSはかなり窮屈な周り方になるか距離が伸びすぎてしまうかのどちらかだ。実際のコースはどうなっているのだろうか？

フォーマット	コースの特徴	その他の特徴
スプリント	12-15 分のレース。コントロールは技術的に易しい。ルートチョイスは難しく、高度な集中力を擁する。走りやすい公園、市街地が適しており、走りやすい森も含まれ得る。	速く、見ることのできる種目である。
ミドル	30-35 分のレース。常に技術的に難しいコントロール。小・中規模のルートチョイス。スピードは速いが複雑な環境に適合して走ることが必要。	速く正確なオリエンテーリングを中程度の距離で要求するレース。小さなミスも決定的なものとなる。
ロング	男子 90-100 分、女子 70-80 分のレース。コントロールは多様な難しさのもの。大規模なものを含む重要なルートチョイスを含む。持久力とペース配分を要求する。	全てのオリエンテーリング技術とスピードと同時に持久力を要求する。
リレー	30-60 分のレース。コントロールの難しさは多様。小・中規模のルートチョイス。速いスピードで同じか違うか分からないコントロールに向かう他のランナーが近くにいる中でレースが進行する。	実質的な接戦レースで、競技者にとっても観客にとってもエキサイティングなレース

リレーとしてのコース

3 走だった私は、走る前のある程度の見通しはついていて、実際走ってみて唖然。「初心者コースか？」森の中にコントロールがあったのは、1, 2 のみ、その後は延々と主尾根の脇の道（かそのそば）にコントロールがある。難度の高い地図読みを要求されていた CC7 を走ったばかりだけにその思いは強かった。そんな道走りの最中、昨日のテクニカルミーティングでの主催者の言

葉が頭の中に蘇ってきた。「リレーとしてエキサイティングなレースとなるコースを提供します。」

スポーツ競技がどのようなものかは、ルールによって決まる。だが、競技が実際にどのように進行するかは、そのルールに則って勝敗を決めるべく最大限の努力をする選手たちが決めている。オリエンテーリングの場合はやや事情

が違う。どのようなコースが提供されるかというワン・クッションが入る。コントロールの置き方、レッグの取り方で、そのコースをミスなくできるだけ速く走る走り方が変わる。それこそがオリエンテーリング競技を具体的に決めることになる。

では、コースはどのように生まれ、何を競技者に要求すべきなのだろうか？この問いに即座にかつ正確に答えられ

る人はそう多くはないのではないだろうか。未知の環境におけるナビゲーションとランニング、この二つの要素は競技規則にも書かれている。しかしこれではあまりに漠然としすぎている。

ランニングはともかく、地図を読めばナビゲーションと言えればナビゲーションだ。だが、多くのオリエンテーリング競技者にとっては、それでは十分とは言えない。現在、フットオリエンテーリングには、リレーも含めて4つのフォーマットがある。IOF 競技規則の付録 6 を見てみよう。以下の表はその中からコースの組み方についての部分を抜き出したものだ。

リレーの項目を見ると、テクニカルミーティングでの主催者の言葉は、まさにこの特徴を意図的に実現したと言える。エキサイティングにするためには、いたずらに難度を上げたり無理して森に入ることをなくすのが一番だ。傾斜ややぶのため、森の中のちょっとしたルートチョイスの差が大きなタイム差になりやすく、また偶然に左右されやすい日本では、こうすることによって選手間のタイム差が拡大しすぎるのを防ぐことができる。結果としてエキサイティングなレースが提供される。

スプリントの例

ついでにスプリントのことも少し触れておきたい。詳細は本号の尾上秀雄さんの記事に詳しいのでそちらを参照してほしい。

スプリントもまた、単に距離のみで定義されたショート（ロング）オリエンテーリングではないということだ。

森のオリエンテーリングでは子ども向けとしか思えないコントロールでも、困難なルートチョイスと複雑な環境における集中力を要求すれば、それがスプリントのよいコースとなり得る。むしろスプリントのコースはそういう特質を持つものとして組むべきなのである。

野球がベースボールとは違うとよく言われる以上に、日本のパーク 0 はスプリントとは異なるものになってしまっているかもしれない。競技を純粋にレクリエーションに楽しむのであればそれもよいだろう。だが、それでは世界の舞台では戦えない、と元ナショナルチームのヘッドコーチの吉田勉氏は主張する。本来の競技の要求する課題をぎりぎりの状況でクリアする経験を普段から積んでこそ、トップの舞台で通用するのだ。

おそらくこうした誤解は日本だけのものではないのだろう。今 IOF では、スプリントのコースをレグごとに 1-4 点で点数化し、よいコースを定量化しようとする試みが行われている。市街地では複雑なルートチョイス、決断点が多く、緻密なナビを要求するコースは評価が高くなる。決してトリッキーであってはならない。これまでコースプランナーの経験と直感に委ねられてきた部分を、このように定量化して

明確にしようというのがこうしたプロジェクトの大きな狙いだ。

話をリレーに戻そう

主催者のコースコンセプトは、レースの結果を見る限り、成功を収めたと言える。ME では優勝した静岡と 2 位の東京は、最後までまさに「接戦」を戦ったし、その他の選手も含めたタイムのばらつきも印象としては小さい。また MS でもやはり 1 位の静岡と 2 位の東京は結果的に 2 分以内の差で勝敗が決した。

選手としてテクニカルなコースを楽しむことはできなかったが、リレーとはこういう競技なのだ。息が詰まりそうなレース展開の中で自分の心と技術をコントロールしたという達成感にリレーの楽しみがある。それに、コースが易しくなっても、そのために生まれた高速で緊迫した競い合いの中では、ちょっとしたミスも命取りになる。現に今回のコースでも道走りから外れた森や小径のコントロールにアタックする時には、緊張し、それを乗り越えることに達成感を感じた。

全日本リレーは、確かにリレーとしてよいコースだったと言えるだろう。だが、その本当の良さが発揮されるのは競技者もともにコースに対して正確な理解を持った時なのだ。

(村越 真)



接戦で終わった今年全日本リレー。プランナーの思惑は見事に成功した。