

多摩 OL 狭山公園初心者講習会

2014年6月8日(日)都立狭山公園

あいにくの雨だったが、午後の
トレイン実習時は気にならない
程度の霧雨になり、中学生を
中心とした参加者 9 名が気持
ちのいい汗を流した。

オリエンテーリング基礎机上講習

午前中はテキストを使ったオリ
エンテーリングの基礎をマナーと
ルールを守ることを中心に、オリ
エンテーリングの歴史や、地図の特色
などを机上講習。第31回ジュニア
チャンピオン大会 JME クラス5位入
賞の西村選手からプロジェクトで
の拡大コース図による JME コース
アナリシスも発表して頂き、具体
的かつ実践的な内容のオリエンテ
リング技術を視覚からも学んだ。



写真撮影：小澤拓三

トレインでの実地講習

午後からはトレイン（狭山公園）
に入っでの実地講習。今回は指導者
が初心者一人一人についてのマン
ツーマン講習で対応。

数種類のコース地図を用意し、基
本的なコンパスワーク講習から、地
形の見かた、ルートチョイスの方法
などの実地講習、また実際のコース
をランオブで指導講習も行った。

