

日本エアロビクスセンター
オリエンテーリング・スプリント大会

一般用プログラム

主 催 千葉オリエンテーリングクラブ

E S 関東クラブ

後 援 千葉県オリエンテーリング協会

東京都オリエンテーリング協会

実行委員長 杉本 光正 (E S 関東クラブ)

競技責任者 広江 淳良 (E S 関東クラブ)

コース設定者 齋藤 宏顕 (E S 関東クラブ)

大会コントローラー 尾上秀雄 (オリエンテーリングクラブ・サン・スーシ)

日 程 2004年12月18日(土)

雨天決行・荒天中止

開 催 地 千葉県長生郡長柄町 長柄ふる里村

会 場 生命の森リゾート 日本エアロビクスセンター

ご挨拶

主催者代表

ES関東クラブ 会長 齋藤 宏顕

主催者を代表して御挨拶申し上げます。日本エアロビクスセンターオリエンテーリングスプリント大会に参加いただき、誠にありがとうございます。

本大会は、競技エリアとなる長柄ふる里村の居住者・地権者の皆様、生命の森リゾート・日本エアロビクスセンター様のご協力をいただき、開催の運びに至りました。当地では、1986年にオリエンテーリング社会人選手権大会以来約20年ぶりの開催となりました。関係者の皆様に感謝申し上げます。

今回、トレインの状況、準備期間を鑑み、オリエンテーリングスプリント大会と銘打ち、近年新しく登場したスプリントの競技会を開催することとしました。コース途中で交通量の多い道路を横断する等制約もあるトレインでの競技会ですが、IOFガイドラインのスプリント競技に要求される事項を極力満たすべく、また使用地図もスプリント用のISSOM2004に準拠するものとして準備を進めています。

今回エリートクラスにおいては、WE2ヒート、ME3ヒートによる予選と決勝方式を採用しました。トップエリートの方には来年の愛知で開催される世界選手権に向けての有意義な競技会になること、また一般クラスに参加の皆様にも、ご自身の競技のみならず、競技後にトレインを開放することや、エリートのレースをどこからでも見れるようにしたりと工夫し、十分に楽しんでいただけるものになったと思っています。

当日、会場となる日本エアロビクスセンターには、全国中学生駅伝大会に参加する選手団が宿泊することも伺っています。エリートの決勝には多くの中学生の視線がトップエリートに注がれることでしょう。オリエンテーリングの裾野を広げることに少しでも役立てればと思っています。

競技中は、自動車・他のスポーツ競技者にも十分注意いただきまして、素晴らしいレースが展開されることを期待しております。

問合せ先

12月16日まで、12月19日以降 齋藤 宏顕 RXK07423@nifty.ne.jp

12月17日、18日 齋藤 宏顕 090-8781-9360

小暮 喜代志 080-5450-5993

忘れ物については1週間保管いたしますがそれ以降は処分いたします。

会場までのご案内

・ 電車でお越しの場合

JR 外房線 誉田駅より送迎バス（無料・所要時間25分）

誉田駅発時刻 9時20分 10時40分 12時00分

鉄道時刻表

・ 車でお越しの場合

千葉東金道路中野インターより35分

千葉外房有料道路土気金剛地出口より15分

駐車場は日本エアロピクスセンター駐車場をご利用ください。できるだけ奥の方に駐車願います。

駐車場より徒歩3分(テープ誘導なし)。建物正面への乗り入れはご遠慮下さい。

タイムテーブル

・ 受付開始	10:30 (予定・できるだけ早くから開きます)
・ 当日参加者受付	11:00~12:40
・ WE 予選スタート	11:40~11:45
・ ME 予選スタート	11:50~11:57
・ 一般スタート	12:20~13:30
・ ME - B 決勝スタート	13:50~14:00 (11人)
・ WE - B 決勝スタート	14:18~14:23 (6人)
・ WE 決勝スタート	14:25~14:30 (6人)
・ ME 決勝スタート	14:49~15:00 (12人)
・ 表彰式	15:20~

会場レイアウト

会場(日本エアロピクスセンター)について

- ・ 参加者は大会受付でセンター内更衣室のロッカーキーをお受け取り下さい。ロッカー使用料ならびに入浴料は参加費に含まれています。ロッカーキーはお帰りの際に、大会本部にご返却下さい。本部閉鎖後はエアロピクスセンター受付に直接ご返却下さい。(宿泊者の方は、翌朝までご利用になれます)
- ・ 建物内への出入は、競技の前後は正面玄関に向かって左側の選手用出入口に限らせていただきます。
- ・ 更衣室は選手用出入口を入ってすぐの右側の階段を上がって、2階にある男女ロッカールームとなります。他の部屋には入らないようにしてください。

- ・ 建物内へのオリエンテーリング用シューズでの立ち入りを禁止します。競技終了後は、シューズと靴下を脱ぎ、汚れを落としてから建物内へお入り下さい。
- ・ 建物内では口ビーも含め飲食は禁止です。屋外でお願いします。
- ・ ロッカールーム奥の大浴場がご利用になれます。競技後の汗を流して、おくつろぎ下さい。
- ・ 食べ物の販売は限られています。会場内のレストランはバイクのみです。飲み物は売店、自動販売機で購入いただけます。
- ・ 陸上トラックの内側南半分が、大会会場となります。テント等の設営が可能です。

競技に関する重要事項（必ずお読み下さい）

- ・ 本競技会はIOFガイドラインのスプリント競技に要求される事項に、極力準拠して実施致します。ただし、所要時間については1秒単位の計測となります。また、使用地図についても、等高線間隔5m、通行可能度3段階等、一部ISOM2004に準拠していないところがあります。
- ・ 参加申込者以外の代走は認めません。
- ・ オリエンテーリングにふさわしい服装と用具を身につけてスタートしてください。
- ・ 競技中の誘導区間は、赤白テープ誘導です。
- ・ 「長柄ふる里村」の別荘地内も使用します。地図内に表示された立ち入り禁止地域、及び現地に青黄テープで示された立ち入り禁止地域には絶対に立ち入らないでください。また、植込みされた樹木、花壇等（地図上緑の線もしくは黒ハッチで表示）への立ち入り・横断は禁止です。立ち入り等が確認された場合は、失格といたします。
- ・ 競技中、交通量の多い道路を横断・通行します。事故のないようご注意ください。
- ・ 会場周囲のトラックは、一般の競技者が使用しています。横断する際にはくれぐれもご注意ください。
- ・ テレイン内に非常に滑りやすいところがございますのでご注意ください。
- ・ 競技中の給水所はありません。
- ・ 途中で競技を止める場合でも、必ずゴールへEカードを提出して下さい。やむを得ず提出できない場合でも、なんらかの方法でゴールへ連絡して下さい。
- ・ 一般参加者の地図は競技後回収致しません。また、14時からは地図販売を開始致します。決勝の出走前エリート選手に地図をお見せにならないようお願いします。

受付

・ 事前申込者

・ 大会受付でロッカーキーをお受け取り下さい

・ Eカード（貸与の方のみ）、バックアップラベル、ディスクリプションは大会受付脇に置いてあります。各自自分のカードをお持ち下さい。

・ 当日申込者

・ 受付時間 11:00～12:40

参加申込書に必要事項を記入して、受付に提出してください。スタート時間の指定を受けてEカード（Nおよびグループクラスはコントロールカード）とロッカーキーを受け取ってください。尚、数に限りがありますのでご希望のクラスに参加できない場合があります。ご了承ください。

・ コンパス貸し出し

コンパスが必要な方には貸し出しを行います。競技後受付までご返却ください。破損または紛失した場合は、実費として2000円いただきます。

初心者説明

12:00～13:30

初心者向けの説明を行います。ご利用下さい。

地図情報

競技で使用される地図は以下の通りです。

地 図 「生命の森リゾート 日本エアロビクスセンター」（2004年千葉OLK作成ES関東クラブ協力作成）

縮尺1:4000 等高線間隔5m 通行可能度3段階

B4版（予定）カラーレーザープリンター出力 ビニール袋入り

・ 地図の表記は、『ISSOM2004』に準じますが、一部特殊記号も使用しています。特殊記号については、公式掲示板の地図見本で確認して下さい。

トレイン状況

今回のトレインは、公園内ではありません。交通量の多い道路があり、スポーツ施設で楽しむ人も多いので、競技中は十分注意してください。

整備されたジョギングコースや、グラウンド、テニスコートなどのスポーツ施設が広がる部分、別荘地帯・コテージ群の周りに広がる下草刈りのなされた林、ススキの広がるオープンエリア、自然のままの林等が競技エリアの中心となります。トレイン内の高低差は40mで、平坦な部分と急峻な斜面に分けられ、斜面には通行困難な林が多いです。

コース距離・登距離・ウィニングタイム(予定)

エリートクラス

- ・ ME 予選 2,000 ~ 2,040m 85m 14分
- ・ WE 予選 1,730 ~ 1,760m 50m 12分
- ・ ME 決勝 3,060m 80m 14分
- ・ WE 決勝 2,650m 75m 15分
- ・ ME B決勝 2,650m 75m
- ・ WE B決勝 2,650m 75m

一般クラス

- ・ M21 M35 2,330m
- ・ W21 W30 M50 M20 1,800m
- ・ W45 W20 M18 W18 MB WB 1,830m
- ・ M15 W15 1,780m
- ・ N 1,700m
- ・ グループ 1,800m

エリートクラス競技形式

- ・ 予選・決勝方式で行います。
- ・ 予選はMEが3ヒートで各ヒート上位4名まで計12名が決勝進出。
WEは2ヒートで各ヒート上位3名まで計6名が決勝進出となります。
- ・ 決勝のスタートは、各ヒートの下位者より順になります。同順位の方は1位のタイムが遅いヒートの方からとなります。
- ・ 決勝に進出できなかった方は、B決勝に参加できます。

スタート

12:20～13:30

赤白テープ誘導 距離300m 等距離5m 徒歩5分

・ 個人クラス（Nクラスを除く）

Eカードを忘れないようにして下さい。Eカードがないとスタート出来ません。

- ・ スタート3分前になったら指定されたスタート枠に入ります。スタート枠に入る際にアクティベート用ユニットにEカードをはめ込み、ユニットのランプが点滅することを確認してください。万一、Eカードが正常に起動せず点滅しなかった場合は速やかに係員に申し出て下さい。
- ・ スタート1分前に、Eカードの確認を行います。係員の指示に従ってEカードをスタートユニットにはめ込み、ユニットのランプが点滅することを確認してください。
- ・ スタート10秒前になりましたら、再びEカードをスタートユニットにはめ込んで下さい。
- ・ スタートチャイマーの合図と同時にEカードをユニットから離し、地図を取ってスタートして下さい。
- ・ 遅刻した場合は、係員に申し出て下さい。所要時間は、遅れた時間も含めて計算されます。
- ・ ウインドブレーカなどの運搬はありません。スタートでは貴重品を含め参加者の荷物はお預かりできませんのでご注意下さい。

Nおよびグループクラス

- ・ コントロールカードを忘れないようにして下さい。所持していないとスタートできません。
- ・ スタート3分前になったらスタート枠にお入り下さい。
- ・ スタート1分前になったら係員にコントロールカードを提示して確認を受けて下さい。
- ・ 係員の合図と共に地図を取ってスタートして下さい。
- ・ 遅刻した場合は、係員に申し出て下さい。所要時間は、遅れた時間も含めて計算されます。

競技

- ・ ; スタート位置 ; コントロール位置 ; ゴール位置

- ・ コントロールは、1番から順番に回ってください。

コントロールに着いたら、EカードをコントロールのEカードユニットにはめ込んでパンチをしてください。誤ってパンチしてしまった場合は、その後に正しいコントロールでパンチすれば問題ありません。

- ・ Nおよびグループクラスはコントロールカードの欄にコントロールに備え付けてあるクレヨンでチェックしてください。違う欄にチェックした場合はリザーブ欄を使用するか正しい欄にチェックし直して下さい。
- ・ Eカード・コントロールカードへの書き込み・加工は禁止します。

ゴール

- ・ 個人クラス
- ・ 最終コントロールからゴールまでは、テープ誘導に従ってください。
- ・ ゴールはパンチング・フィニッシュです。
- ・ ゴールでは、係員の指示に従い、Eカードを読み取り機にセットしてください。
- ・ 主催者が貸与したEカードは、ゴール出口の回収箱に入れてください。
- ・ 地図は回収しません。
- ・ ゴール閉鎖は14:30です。ゴール閉鎖時刻までには、必ずゴールを通過してください。

Nおよびグループクラス

- ・ ゴールラインを越えたら、コントロールカードを係員に手渡してください。
- ・ 地図は回収しません。出走前の選手、特にエリートクラス参加者にはお見せにならないようお願いします。
- ・ ゴール閉鎖は14:30です。ゴール閉鎖時刻までには、必ずゴールを通過してください。

成績速報

屋外にて掲示します。各個人のラップも本部で配布致します。

地図販売 & 成績表受付

14:00より行います。

決勝観戦用地図も販売しますので、是非ご購入の上エリートランナーの走りをお楽しみ下さい。

成績表はES関東クラブホームページで公開いたします。

尚、成績表の送付を希望される方は受付までお申してください。代金は300円です。

表彰

15:30より行います。

各クラス3位まで表彰致します。尚、当日申込者(グループクラスを除く)は表彰対象外です。

表彰開始前に会場を出られる方は本部までお越し下さい。

Nおよびグループクラスについては、準備ができ次第、適宜行います。

競技後のテレイン利用

コントロールは、翌朝にはずしますので、競技終了後に自由にテレインで御利用ください。但し、コテージ周辺のテレインには、オリエンテーリング以外の宿泊者もいますので、迷惑とならないようにお気をつけ願います。

時間計測は、原則各自でお願いします。

一般的な留意事項

- ・ 競技に関する質問は、本部で受け付けます。
- ・ 応急処置用の救護用品を本部に用意してあります。
- ・ 自分が出したゴミは、必ず持ち帰って下さい。
- ・ 会場並びにテレイン内は火気使用禁止です。
- ・ Eカードを紛失した場合は実費を負担していただきます。
- ・ 傷害保険は、主催者にて加入していますが限度があります。個人でも加入しておくことをお勧めします。また、万一のために保険証のコピーをご持参下さい。
- ・ 大会参加者は自分自身の健康状態を十分考え、絶対に無理をしないで下さい。また、参加者が自分自身あるいは第三者へ与えた傷害、損害、損失等については、主催者はその責任を負いません。

