

日時:9月24日(土) 9:10 ~ 16:30

場所:倉敷市福田町古新田 ライフパーク倉敷

項目	時間	備考 (関連資料)
1. 初めに 初心者配慮イベントであるとともに、経験者にも満足してもらえる大会を志向し、ホスピタリティある愛好者を育て、かつ会員の資質向上を図りスムーズな世代交代を促進する。	9:10~9:15	
2. コース設定について (1) コース設定の原則 (2) コントロール位置について (3) 大会コース設定の手順 (4) ルートプランニングの研究	9:15~10:40	吉田勉氏作成スライドによる 吉田勉氏作成スライドによる 吉田勉氏作成スライドによる JOA「初中級者向け指導教本」、県民大会コース図・ルート図等
3. OCADコース作図 (1) OCADコース作図の手順 (2) 留意点(配置、印刷条件等)	10:40~12:00	OCADコース設定手順 OCADの色と印刷の調整について
(昼食)	(12:00~13:00)	
4. OCADを使ってのコースプランニング (1) プランニングの実際 (2) 実習	13:00~16:40	

関連資料

- ・ コース設定のプロセスと留意点(ディレクタテキスト)
- ・ 競技規則類(競技規則、競技規則ガイドライン、フィットネス実施規程)
- ・ コース設定の原則
- ・ コントロールに関する規程(JSCD)
- ・ JOA「初中級者向け指導教本」
- ・ その他(白石島、県健康の森、吉備高原鳴滝湖他コース図と上位者ルート図および参加者アンケート等)
- ・ OCADコース設定手順マニュアル

留意事項

1. コース設定

- ・ 15年度の大会要項から各クラスに技術レベルを記載するようにした。
- ・ テレインを熟知しておくこと。またJOA指導教本(初中級者編)の技術レベルを理解しておくこと。
- ・ 最初に数多くのコース案(コースレイアウト)を作り、1ヶ月くらい時間をかけて絞り込む(アイディアの熟成)
- ・ 置いてみたいところに置いてみて、間のコントロールを外してみれば意外とよくなる。
- ・ ロングレグ、ミドルレグ、ショートレグおよび脱出角度の変化を組み合わせる。
- ・ コースの良し悪し、難易度はコントロール設置位置ではなくレグである。
- ・ ウイニングタイムは、過去のコース記録、キロ当たりの時間想定、自分が走った場合の時間などから想定する。
吉田勉氏作成の「ウイニング検討」計算式で対比してみるのもよい。

2. OCADコース作図

- ・ 位置説明表記は間違い漏記がないか繰り返し確認すること。(特に相対方向、方位表現、サイズ等)
- ・ 16倍拡大位で位置精度、印刷範囲等確認後コース地図エキスポート。
この段階ですべてまたは を保護処置しておくのがよい。
- ・ エクスポートされた個々のコース図ごとに番号位置移動、結合線カットなど調整。(競技者の視点で)
- ・ Oマップ作成ができることとOCAD操作ができることはイコールではない。OCAD操作は覚えれば簡単。
- ・ Oマップ作成、コース設定、地図調査は深く関連しており、競技規則を含めた規定類全般を熟知しておくこと。
加えて競技者の視点での見方も重要であり、優れた競技者は優れたコース設定者になり得る。
また、優れたコース設定者、地図調査者は優れた競技者になり得る。
- ・ 地図印刷については別マニュアル参照。

以上