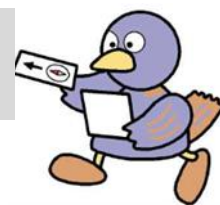


第2回埼玉県OL協会練習会



【開催日】平成30年10月14日（日）雨天決行・荒天中止

全日本リレー大会に向け、リレー形式も含めた練習を行います。大勢の申し込みありがとうございます。ぜひ充実した練習にしましょう。

【主催】特定非営利活動法人埼玉県オリエンテーリング協会

【使用地図】上谷 1：10000 または 1：7500（等高線間隔5m 通行可能度4段階）

【集合場所】埼玉県入間郡越生町上谷278-4 「上谷文化会館」

<https://goo.gl/maps/t8JPZzVC8PM2>

【アクセス】

会館に駐車場がありませんので、公共交通機関でのご来場を推奨します。

駅から会場へ向かうテープ誘導はありません。

●公共交通 最寄駅：JR八高線・東武東上線「越生駅」

①バス利用（本数が少ないので乗り遅れ注意）

JR 八高線・東武越生線 越生駅～バス（ニューサンピア埼玉おごせ／黒山方面）9：25 発 「梅林入口」下車（12分／10 駅）～徒歩 10 分（800m）

<https://goo.gl/maps/ZiEyhwmMCDx>

◆バス時刻表（越生駅発）

ニューサンピア埼玉おごせ経由黒山方面
8：01
9：25（推奨）
10：30

②徒歩

越生駅より3.6Km 47分

<https://goo.gl/maps/ZwWLiLjhXSx>

●自家用車（相乗り推奨）

関越自動車道 鶴ヶ島ICから約30分

関越自動車道 坂戸西スマートICから約25分

※各自、近隣の駐車場をご利用ください。会場に駐車場はございません。

【当日の流れ】 ※要項から変更事項があります。再度ご確認ください。

9:15 開場

9:30 受付開始

※全員集合してのメニュー説明は行いません。プログラムを熟読ください。

各自テラインへ移動、個別メニュー開始

10:45 トップスタート（指定時間での出走が不都合な方は、10:30～空いている枠で出走可能）

12:30 リレートレーニング説明★時間厳守（リレースタート地点集合）

13:30 リレートレーニング終了次第、撤収開始

14:30 机上トレーニング：全日本リレーテライン研究グループワーク（状況をみて開始を遅らす可能性あり）
全日本リレーに向けたミーティング（埼玉県リレー選手のみご参加ください）

16:00 みんなで片付け後、会場閉鎖

撤収、会場の片づけなど、参加者の皆さんもお手伝いいただけると助かります。

【メニュー】

1. 個人練習

●メインコース（Emit使用、バックアップラベルはありません）

クラス	距離	登坂距離	地図縮尺
L (1)	3.4 km	260m	1 : 10000
S (2)	2.6 km	220m	1 : 10000
SS (3)	1.7 km	120m	1 : 7500

・会場にて、アクティベートを行ってください。

・スタート役員はおりません。各自正しい地図をピックアップし、出走してください。

※地図のとり間違え注意！！まず自分のクラスの地図か、確認してから出走しましょう。

・リフトアップスタート、パンチングフィニッシュです。（遅刻してもリフトアップした時刻から計測します）

・プレスタート方式です。プレスタートからスタートフラッグまでは赤白テープ誘導に従ってください。

・デフは受付配布、地図はスタート地区に置きます（雨の場合は、会場で配布予定）。

・会場からプレスタートまで、**600m/50m/約10分、ピンクテープ誘導**です。

●2本目：オプションメニュー（フラッグのみ、地図縮尺 1 : 10000、デフはありません）

コース距離/登坂距離：1.1km/120m

・地図はスタート時点（＝メインコースフィニッシュ時点）に置きます（雨の場合は、会場で配布予定）。

2. リレートレーニング

★12:30からリレー形式の練習を行います。時間になりましたら、必ず集合場所へ集まってください。

メインコースフィニッシュからリレースタートまで、**300m/55m/約8分、ピンクテープ誘導**です。

●2名1チームの対抗戦（フラッグのみ、地図縮尺 1 : 10000）

・特別な希望がない限り、のぞみの方が1走を走ってください。

・巻末のチーム編成表をご確認のうえ、各自チーム名称（A～U）を覚えておいてください。

コース距離、登坂距離（コースパターンあります）

レベル名	距離	登坂距離	ウイニングタイム
のぞみ	1.1 km	85m	15分
ひかり・こだま	1.0 km	75m	15分

※練習中に、リレートレーニング参加しないと判断した場合、メインコースフィニッシュに置いている名簿の氏名に二重線を引いてください。

【会場・スタート・フィニッシュ間の距離、誘導について】

区間	距離/登坂/時間	誘導
会場⇒メインコース スタート	600m/50m/約10分	ピンクテープ誘導
メインコース フィニッシュ ⇒オプションメニュー スタート	0m (同じ場所)	なし
オプションメニュー フィニッシュ ⇒リレー スタート・フィニッシュ	0m (同じ場所)	なし
メインコース フィニッシュ ⇒リレー スタート・フィニッシュ	300m/55m/約8分	ピンクテープ誘導

【給水・捕食について】

- ・レース区間に給水所はありません。
- ・練習中は会場に戻らないことが想定されます。メインコースのプレスタートへ水分、捕食を持っていくことをお勧めします(プレスタートからフィニッシュ、リレースタート・フィニッシュは、離れています⇒上記表参照)。
- ・メインコースのフィニッシュおよびリレーのスタート・フィニッシュに水を置きます。ただし、量に限りがあります。

【会場レイアウト】

- 1F 本部および女子更衣室
- 2F 荷物置き場・男子更衣所

【その他】

- ・長袖、長ズボンを推奨します。
- ・ピン付シューズは使用できます。
- ・ハイカーとの接触、トラブルが起きないように、練習中は十分に注意してください。
- ・ゴミは各自持ち帰り、会場はきれいに使用してください。
- ・傷害保険は、主催者側でも加入していますが補償額に限度があります。個人でも加入しておくことをお勧めします。また、健康保険証の持参を推奨いたします。
- ・万が一、荒天、災害等により、練習会を中止する場合は、埼玉県OL協会HP、埼玉県MLにて告知します。

【参加費】参加区分に応じた参加費+レンタルEカード代

参加区分	参加費	レンタルEカード
一般個人 ^{*1}	1,000円	300円
大学生・大学院生 ^{*1}	500円	300円
高校生以下 ^{*1}	0円	0円
埼玉県協会登録個人会員 ^{*2} 、ふるさと登録した大学生、埼玉県リレー選手	0円	0円

- ・参加費は当日お支払いください。おつりのないようご用意ください。

【問い合わせ先】 minamiki42◆gmail.com (◆ = @) 皆川

【スタートリスト】※10:30~空いている枠での出走可能

レーン1:L		
10:45	高橋英人	東大OLK
10:46	栗田 稜也	麻布学園OLK
10:47	木村耕平	入間市OLC
10:48	福室 凜	麻布学園OLK
10:49	高野由紀	入間市OLC
10:50	山見 泰輝	麻布学園OLK
10:51	稲垣秀奈美	千葉大OLC
10:52	新 隆徳	入間市OLC
10:53	香取菜穂	千葉大OLC
10:54	源後知行	みちの会
10:55	森谷風香	千葉大OLC
10:56	江野弘太郎	KOLC
10:57	柏谷翔大	茨大OLD
10:58	磯邊岳晃	千葉大OLC
10:59	川崎翔	茨大OLD
11:00	小泉知貴	入間市OLC
11:01	菅沼友仁	茨大OLD
11:02	清古 光	麻布学園OLK
11:03	出原 優一	東大OLK
11:04	戸澤貴志	横浜国立大学
11:05	豊田健登	茨大OLD
11:06	森山凌佑	千葉大OLC
11:07	俣田卓磨	KOLC
11:08	三上 拓真	東大OLK
11:09	野沢星雅	茨大OLD
11:10	和田 康次郎	丘の上
11:11	谷口 文弥	東大OLK
11:12	糸潤哉	入間市OLC
11:13	清水伸好	入間市OLC
11:14	中港信之介	鳩の会
11:15	皆川美紀子	みちの会
11:16	猪俣佑貴	入間市OLC

レーン2:S		
10:50	清水容子	入間市OLC
10:51	奥山景得	川口OLC
10:53	三好暢子	上尾OLC
10:55	須田 雅大	麻布学園OLK
10:57	野口章江	入間市OLC
10:58	三浦 やよい	丘の上
10:59	凶米 慧	麻布学園OLK
11:00	久保田優	入間市OLC
11:01	宮川 優斗	麻布学園OLK
11:02	田島三郎	入間市OLC
11:03	渡辺加与美	入間市OLC

レーン2:SS		
10:52	野口真優	入間市OLC
10:54	橋 直隆	上尾OLC

【リレーチーム編成表】22チーム

A	小泉知貴	入間市OLC	のぞみ	A	野口真優	入間市OLC	こだま
B	新 隆徳	入間市OLC	のぞみ	B	凶米 慧	麻布学園OLK	こだま
C	糸潤哉	入間市OLC	のぞみ	C	栗田 稜也	麻布学園OLK	こだま
D	源後知行	みちの会	のぞみ	D	宮川 優斗	麻布学園OLK	こだま
E	出原 優一	東大OLK	のぞみ	E	須田 雅大	麻布学園OLK	こだま
F	三上 拓真	東大OLK	のぞみ	F	三好暢子	上尾OLC	こだま
G	江野弘太郎	KOLC	のぞみ	G	野口章江	入間市OLC	こだま
H	俣田卓磨	KOLC	のぞみ	H	橘 直隆	上尾OLC	こだま
I	谷口 文弥	東大OLK	のぞみ	I	田島三郎	入間市OLC	こだま
J	和田 康次郎	丘の上	のぞみ	J	奥山景得	川口OLC	こだま
K	磯邊岳晃	千葉大OLC	のぞみ	K	清水容子	入間市OLC	ひかり
L	森山凌佑	千葉大OLC	のぞみ	L	小島 由幸	Forester	ひかり
M	中港信之介	鳩の会	のぞみ	M	高野由紀	入間市OLC	ひかり
N	戸澤貴志	横浜国立大学	のぞみ	N	久保田優	入間市OLC	ひかり
O	清古 光	麻布学園OLK	のぞみ	O	木村耕平	入間市OLC	ひかり
P	清水伸好	入間市OLC	のぞみ	P	三浦 やよい	丘の上	ひかり
Q	野沢星雅	茨大OLD	のぞみ	Q	山見 泰輝	麻布学園OLK	ひかり
R	菅沼友仁	茨大OLD	のぞみ	R	福室 凜	麻布学園OLK	ひかり
S	川崎翔	茨大OLD	のぞみ	S	森谷風香	千葉大OLC	のぞみ
T	豊田健登	茨大OLD	のぞみ	T	稲垣秀奈美	千葉大OLC	のぞみ
U	柏谷翔大	茨大OLD	のぞみ	U	香取菜穂	千葉大OLC	のぞみ
参考	猪俣佑貴	入間市OLC	のぞみ	参考	皆川美紀子	みちの会	のぞみ

スタートリスト、リレーチーム編成表に、氏名がない、クラスに間違いがあるなど、不備がある場合は問い合わせ先、または当日の受付にご連絡ください。