

2011年12月19日発行

2011年12月31日一部修正・追記

コースプランナー解説

幸原朋広

1. はじめに

今回のコース設定においては、インカレ本戦が希望ヶ丘という微地形が発達した非常に難易度が高い関西のトレインで行われる事、また男女共に選手権Aの枠が非常に少なく、熾烈な争いになることが予想される事などを考慮し、足が速いだけでなく、地図をきちんと読むことも出来る本当に強い選手が勝ち残れるような難易度が十分に高いコースを目指した。

2. MS解説

- | | | |
|---------|---------|--------|
| 1 福田 雄希 | 0:41:21 | 京都大学 4 |
| 2 伴 毅 | 0:42:16 | 京都大学 4 |
| 3 福井 直樹 | 0:44:02 | 大阪大学 2 |

△→1

距離自体は短く、ポスト位置もそれほど難しくはないレグであるが、コンタリングと道走りの二つのルートが考えられる。多くの選手がコンタリングを選択した中、上位陣では福井選手が唯一道を走ったようである。しかし、結果を見る限りやはりコンタリングの方がよかったと思われる。

1→2

この区間は尾根をどこで切るかがポイントになっている。区間一位の福井選手はほぼレグ線上をコンタリング気味に走っている。この区間で尾根を切らずに南へ下っていく道を選択してしまった選手は道上の等高線も意識して走るようにしてほしい。

2→3

さほど難しくは無い走力を問うレグのつもりで作ったのだが、道を手前で降りてしまうなどミスをした選手が意外にも多く、難易度が全体で二番目に高くなっている。アタックはコンタリング気味に行くのを想定していたが、上位3選手は全員ピークから西へ向かう安全なルートを取ったようである。このレグに関して言うとベストルートとはいえなかったようだが、全体としては安全に行く意識が強い選手が有利なコースだったのかもしれない。ここで寺田選手（京都3）が3分以上の大きなミスをして大きく順位を下げてい

る。

3→4

無理矢理直進気味に進む、北西の水系沿いに落ちてしまっただけで走る、上の道に復帰してオープンから切り開きや沢を使って降りていく、などいろいろ考えられるところである。いずれにしても走りやすい場所はほとんど無いため、高い不整地走行能力が必要とされるレッグである。運営者間でも「このレッグ本当に大丈夫?」「いや逆に面白い」などいろいろな意見があったレッグであった。上位陣を見ると、区間一位の寺田選手はほぼレッグ線上をコンタリングしながら進み、中間地点過ぎの沢のあたりから下に落ちていくルートを取っている。一方、区間二位の伴選手、及び福田選手らは東の道に復帰して切り開きのところから下っていくルートを選択している。また、全体で一番速かったMOクラスの細川選手（名古屋大学）、及び福井選手らは西方向へ一気に下り、水系沿いを走るルートを選択している。つまり、どのルートを通っても大きな差はなかったようである。

4→5

強引に真っ直ぐに抜けるかコンタリング気味に藪の少ないところを抜けるか脱出が悩ましいところである。脱出してしまえばアタックはオープンから直進するだけなのでさほど苦労はしなかっただろう。

5→6

恐らくこのコースで一番簡単なレッグ。各々の走力差が如実に出てしまうところではあるが、簡単だけに走りながら地図を読んでこの後のショートレッグエリアについて考えておきたい。

6→7

北側の道へ乗ってたどるルート（福田選手、伴選手ら）、直線的に藪を切っていくルート（福井選手ら）の二つが考えられる。さほど大きな差は無かっただろう。

7→8、8→9、9→10

ショートレッグ3連発。いずれもさほど難しくはないが、ここを適当に行ってミスすれば致命傷になりかねないので丁寧に回って欲しい。9→10で大きくミスをした福井選手が4位から8位に順位を落としている。

10→11

ここで打って変わっていきなりのロングレッグ。ショートレッグからのスピードの変化に対応できるかが課題であり、何も考えずにアタックすべき尾根を行き過ぎてしまい鉄塔を

見て行き過ぎていたことに気づいた、という人もいたのではないだろうか（運営者の経験談）。

11→12

とにかく東へ向かえばいいので考える事は多くない。写真撮影におどろいた人はごめんなさい。

12→13

プランナーとしては沢をつめて尾根上を走るルートがベストであると考えていたが、区間二位の福井選手は東へ降りてレグ線より南東側の尾根を登るルートを選択しており、これも大きな差は無かったようである。

13→14

最後に用意されたかなりの高難度レグ、事実上の勝負レグである。ルートチョイスとしては一度下に落ちて登り返すルートと尾根線上を走り続けるルートの二つが考えられるが、レグ一位の福井選手、1秒差で二位の坪井選手（立命館2）が選択したのは直線的に走るルートだったようだ。福田選手は尾根線上を走ったが、二人に比べると一分ほど遅いタイムとなっている。しかし、このレグをミス無く走れた選手はとても少なかったようで、坪井選手と三位の山下選手（京都4）の間でさえ53秒、トップ比にして約25%もの差がある。ここで大きなミスがあった伴選手、岡本選手、寺田選手がそれぞれ順位を落とし、福田選手が一位、福井選手が三位に浮上している。また、ここまで選手権B圏内にいた堀選手（大阪2）、松尾選手（京都3）らも大きく順位を下げている。

14→15、15→◎

最後まで諦めず一秒でも早くゴールしようという姿勢を大切にしてください。なお、ラストゴールで山下選手が坪井選手を逆転しており、選手権Bの枠を左右しかねない順位変動が発生している。

3. MS総評

MSのコースは初版から大きな修正が入っておらず、プランナーの色が出ているコースだと思う。優勝候補に挙げられていたインカレロング10位の岡本選手、同13位の寺田選手らが苦しむ中、ノーシートながらこの難易度の高いコースを唯一大きなミス無く確実に走りきった福田選手が見事一位に輝いた。二位の伴選手も4年生であり、細かいミスを誘うコースゆえに、経験のある選手の方がいいタイムを出せたのかも知れない。一方で、多くの

レッグで上位二名とは違うルートを選択した 2 年生の福井選手が三位に入っており、自分に合ったルート選択をする事が大切であるという事も感じられた。

参考ながら、MO クラスにおいて日本代表級の二選手が 35 分台、昨年度インカレミドルで 4 位入賞した宮本選手が 39 分台で走っている。インカレ本戦において表彰台を目指すためにも、選手権クラスに選ばれた選手は残り 3 ヶ月、十分に力をつける努力をして欲しいと思う。

4. WS 解説

- 1 石川 実起 0:44:21 奈良女子大学 3
- 2 江角 友美 0:49:25 奈良女子大学 2
- 3 藤原 愛 0:50:08 奈良女子大学 3

△→1

道から沢に落ちるだけのレッグ。落ち着いていけば特に難しい点は無いと思う。

1→2

不整地を走る能力を問うだけのレッグ。とにかく西へ降りてしまい、大きな沢をつめるだけで平易。余談だが当初案では 1 ポは無く、スタートから 2 ポへ直接向かわせる予定であった。

2→3

2 ポからの脱出は西の道に乗るか沢を詰めていくか少し迷いそうなところだが、上位陣は全員西の道を目指したようだ。3 ポへのアタックポイントは油断すると行き過ぎてしまうので気をつけたい。ここまでの 3 レッグは全て石川選手が一位ラップを記録している。

3→4

男子の 2→3 とちょうど逆回しになっている。この順だと男子コースとは違いアタックが非常に簡単なので特に迷うところはないと思われる。なお、脱出はコンタリング気味に南へ出た方が早いだろうと考えていたが、男子 2→3 同様に上位選手がいずれもすぐに東へ向かっているのは興味深いところである。

4→5

男子の 1→2 と同様、道に頼りすぎずにさっさと尾根を（出来ればコンタリング気味に）切ってしまうことが重要である。道を走った選手の反省点も同じなので割愛する。尾根を切った後は道を引っ張って 1 ポをもう一度見ていくようなルートを想定していたが、上位

三人の中では藤原選手がそれに近いルートを取っているものの、石川選手、江角選手は5ポの南側の尾根上の道に乗ってたどるルートを選択している。

5→6

道を走って大きな沢をつめるだけのレッグ。写真撮影に驚いた人はごめんなさい。

6→7

尾根線をたどる能力を問うレッグであり、勝負レッグとなった。男子の13→14以上にダイレクトにその能力を求めている。尾根たどりはとにかく自分の感覚よりコンパスを頼りに進む事が大切なので、ここで苦労した選手はインカレまでに今一度しっかり練習をして欲しいと思う。関西の選手は比較的尾根たどりが得意な傾向にあるとはいえ、希望が丘の尾根はそんなに甘くないだろう。ここまですっと3位だった江角選手が藤原選手をかわして2位に浮上している。

7→8

終盤のショートレッグ。レッグ線が引けない程度に近いので何も考えず直進でオーケー。

8→9

何も考えずに尾根上の道を走るルートを想定していたが、直進気味に行っても差は無いようだ。上位3人のコース取りを見ると、藤原選手が一番レッグ線沿いに直進する意識が強く、江角選手、石川選手の順に尾根をたどる意識が強くなっている。

9→10、10→◎

真っ直ぐ南へ降りての脱出が正解。男子でも書いたが一秒でも縮めようという気持ちを持って最後まで走って欲しい。

5. WS総評

コース作成においてはMSとは逆に難易度調整のための大きな修正を繰り返した。この難易度であればほぼノーミスで帰ってきて欲しいところである。4→5、及び6→7で差がつくだろうと考えており、実際6→7はかなり迷ってしまった選手も多かったようである。そんなレースを制したのは△→1から最後までずっと一位を守り続けた石川選手である。また、3位までに入った3選手のみがミス率10%を切っており、男子と同様にミス無く行けた選手が上位に来る結果となっている。近年関西の女子は弱体化しており、今年度も選手権Aが一枠という状況に甘んじているので、選手権に出場する選手は来年以降のためにも何とか選手権Aの枠を獲得するという気概を持ってトレーニングに励んでほしいと思う。

6. 総括

男女とも優勝設定タイムを少しだけ超える結果となったが、女子はもう少し悪いタイムかもしれないと思っていたので概して予想通りだったといえる（なお、非常にどうでもいい事ではあるが、MSクラスとWSクラスのトップ差とMOクラスとWOクラスのトップ差はいずれもちょうど3分となっている）。本戦を意識して難しい地形でミスが少ない選手が良いタイムを出すようなコースにする、というコースプランナーとしての目標はほぼ達成できたと思う。今年度は4年ぶりの関西でのインカレミドルリレーであり、恐らく皆さんが学生である間に関西でミドルリレーが行われる事はもうないだろうと思われる。それだけに選手権クラスに選出された選手はもちろん、今回のセレで振るわずに残念ながら一般クラスへの出場となってしまった選手もとにかくインカレを楽しんで欲しいと思う。そして、関西学連OBの一人として、関西の選手が表彰台に乗る姿を見ることができるよう心から願っている。

以上