

ミスをしていないオリエンテーリングをするためのプランニングの考え方

～初心者脱却編～

文責：令和2年度東海学連幹事長 栗生啓介

1. はじめに

オリエンテーリングを行っているときに一番楽しい瞬間とはなんでしょうか？

A 藪の中を爽快に駆け回っているとき？いい感じの下り坂を走っているとき？それとも迷いに迷って遭難しているときでしょうか？

これには人それぞれの色々な意見があると思いますが、僕の一番楽しい瞬間は、自分の考えたルートを上手く辿れて、その先にあるコントロールをバッチリ見つけたときです。

本資料は、みんながそのような楽しい瞬間を味わえるようにするための技術を身につけられるようなものにしたいと思っています。

2. 本資料の目的

地図があり、その上にコースがあったとき、そのコースを回するためにはプランを立てる必要があります。また、そのプランは基本的に線として地図上に表されます。そして、遅いか速いかは別として、その線を完璧に辿ることができれば、ミスのないオリエンテーリングができます。ですが、実際にはミスをしてしまうことは多々あります。

ミスをしてしまう理由は数え切れないほどありますが、

本資料では、ミスを減らすためのアプローチとして、よりミスしづらいプランを考えるという点の指導を行いたいと思います。

3. ミスを減らす考え方

2. で「オリエンテーリングのプランは線として表される。」と書きました。ですが、プランニングには線だけでは足りません。点も必要となります。(線, 点が何かは4. に補足)。オリエンテーリングというのは、線を走り、点で自分の位置を確認することの連続です。なぜ点が必要かという、線を走っているときに点を見つけることで、走り過ぎ、線の乗り換えミスなどを防げるからです。

以上がプランニングにおける普通の考え方だと思いますが、本資料ではミスを減らす考え方として、プランニングというのは、**※点と点を線で結ぶことの連続！※**という逆の考え方を提唱します。

この考え方の最大の利点は、**次の点を見つけるという目的意識のないまま曖昧に線上を走ることを予防できる**ということです。

具体的には

- ① 辿る線が変わるのに、それを認識できるプラン（CP）を立てていない
- ② 自分で作る線（コンパス直進，コンタリング）を長く作りすぎてずれる

というミスを防ぐことができます。

つまり※点と点をつなぐために線を活用するという考え方が大事！※ということです。

ミスをしにくい考え方の例→

- ① この鞍部が見つかったから、次はあの鞍部をCPにしてリロケしよう
- ② 300mの直進は当たらない可能性が高いから、間にCPを挟んでリロケして、150mの直進2回にしよう

ミスをしやすい考え方の例→

- ① 適当に尾根辿っていたら良い感じのリロケポイント見つかるでしょ
- ② だいたい感じで直進したら良い感じのところに出るでしょ

4. 線と点の補足

線とは→

- ① 線状特徴物（下図）
- ② 自分で作る線（コンパス直進，コンタリング）
- ③ 面状特徴物（オープンなど）の縁

線状特徴物 ①道



②尾根（線）・沢（線）



③植生界



④川・溝



⑤傾斜変換線



⑥その他

フェンス、池の縁等

点とは→

- ① 点状特徴物
- ② 線状特徴物の曲がり，終わり
- ③ 線状特徴物と線状特徴物の交差点
- ④ 尾根，沢線上の傾斜変換

- ⑤ 点として捉えられるほど十分に狭い面状特徴物（ピーク，凹地，鞍部など）
- ⑥ 面状特徴物（オープンなど）の角