

15km パーク O

スポンサー

第 35 回長野県オリエンテーリング大会

プログラム

Mag-on

闘い続けるアスリートの水溶性マグネシウム

開催日：2020年 **10** 月 **24** 日（土）

会場：信州スカイパーク ターミナルゾーン

屋根付き休憩棟 長野県松本市

ウイズコロナ時代のスポーツ

2020年春から世界中に急拡大した新型コロナウイルス感染症。これを境に市民スポーツ大会はほぼ全滅しました。多くの人の楽しみ、生きる活力が減りました。こんな2020年において、市民スポーツを少しでも復活させたい。今こそウイズコロナ様式にもともと適合していたオリエンテーリングが役立つ時です。

そこで信州スカイパークでのオリエンテーリング競技会を緊急開催します。楽しんでください。

参加者へのおねがい

感染症が疑われるときは参加しない

以下に該当する場合は、参加を見合わせてください。

- ・体調がよくない場合
(例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ・過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

人との距離は 2m 以上を目安

他の参加者、主催者スタッフ等との距離を確保してください。
(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。)

手指消毒

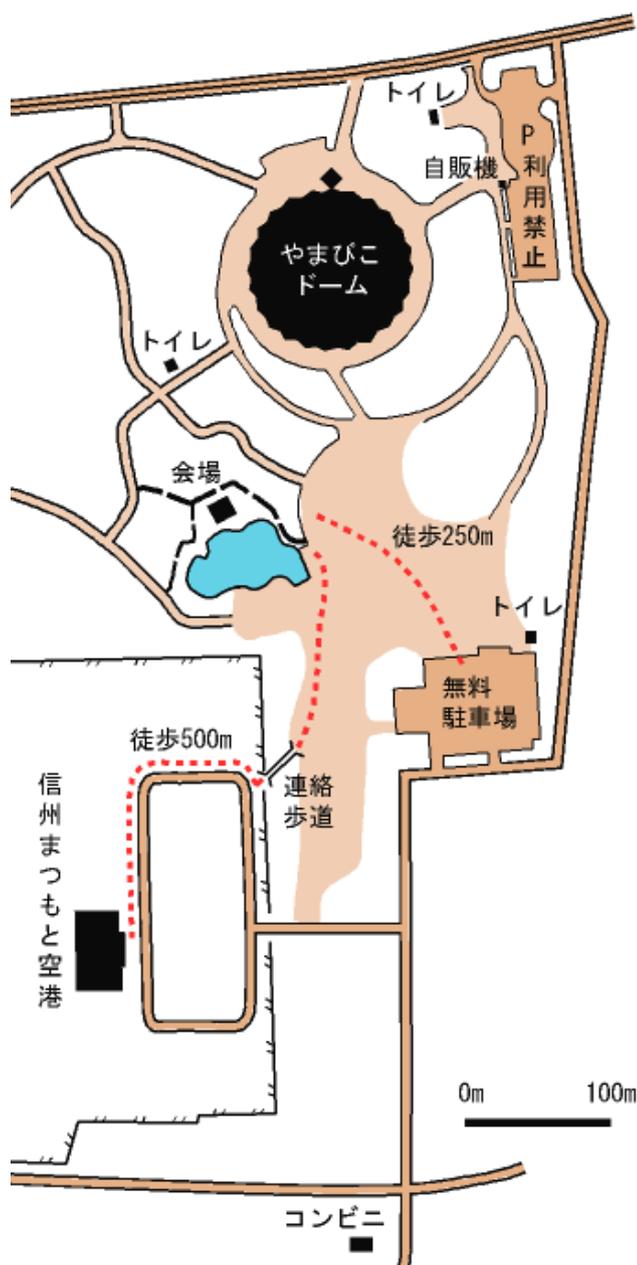
こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒をしてください。
会場に消毒用アルコールスプレーを用意します。

口から飛沫をまき散らさない

大きな声で会話、応援等をしないでください。

マスク着用

参加受付時や着替え時等、競技以外の際はマスクを着用してください。マスクは各自持参してください。



- 11:00 受付開始
- 12:00 スタート開始（会場からスタート）
- 13:00 スタート終了
- 15:00 フィニッシュ閉鎖（会場へフィニッシュ）表彰式なし

アクセス

会場：信州スカイパーク ターミナルゾーン

屋根付き休憩棟（長野県松本市）

信州まつもと空港ターミナルビルより 500m（徒歩 10 分）

JR 村井駅（篠ノ井線）より 3.7km（徒歩 50 分）

信州スカイパーク 8 号駐車場（無料）より 250m

飛行機（九州方面）

| 福岡空港発 | 信州まつもと空港着 |
|-------|-----------|
| 7:55 | 9:25 |

飛行機（関西方面）

| 神戸空港発 | 信州まつもと空港着 |
|-------|-----------|
| 10:20 | 11:20 |

路線バス（松本市街方面）

| 松本バス ターミナル発 | 神林高速 バス停前 | 信州まつもと 空港着 |
|----------------|--------------|---------------|
| 9:15 | 9:36 | 9:45 |
| 10:15 | 10:36 | 10:45 |
| 11:15 | 11:36 | 11:45 |
| 12:15 | 12:36 | 12:45 |

JR 松本駅-松本バスターミナル間の乗換時間：10 分

| 信州まつもと 空港発 | 神林高速 バス停前 | 松本バス ターミナル着 |
|---------------|--------------|----------------|
| 13:26 | 13:35 | 13:58 |
| 14:00 | 14:09 | 14:32 |
| 15:21 | 15:30 | 15:53 |
| 16:00 | 16:09 | 16:32 |

高速バス（東京方面）

| バスタ 新宿発 | 神林高速 バス停 | 松本バス ターミナル着 |
|------------|-------------|----------------|
| 6:05 | 9:07 | 9:23 |
| 7:05 | 10:07 | 10:23 |
| 7:55 | 10:57 | 11:13 |
| 8:55 | 11:57 | 12:13 |

高速バス（名古屋方面）

| 名鉄バス センター発 | 神林高速 バス停 | 松本バス ターミナル着 |
|---------------|-------------|----------------|
| 7:10 | 10:21 | 10:37 |
| 9:10 | 12:21 | 12:37 |

特急列車（東京方面）

| 便名 | JR 新宿駅 | JR 松本駅 |
|---------|--------|---------|
| あずさ 1 号 | 7:00 発 | 9:38 着 |
| あずさ 3 号 | 7:30 発 | 10:23 着 |
| あずさ 5 号 | 8:00 発 | 10:37 着 |
| あずさ 7 号 | 9:00 発 | 11:39 着 |

特急列車（名古屋方面）

| 便名 | JR 名古屋駅 | JR 松本駅 |
|---------|---------|---------|
| しなの 1 号 | 7:00 発 | 9:09 着 |
| しなの 3 号 | 8:00 発 | 10:07 着 |
| しなの 5 号 | 9:00 発 | 11:05 着 |
| しなの 7 号 | 10:00 発 | 12:06 着 |

自家用車

長野自動車道「塩尻北インター」から車で 10 分（3km）。

駐車場：信州スカイパーク 8 号駐車場（無料）

駐車場から、会場まで 250m。

9 号駐車場（やまびこドーム東駐車場）利用禁止

（やまびこドームで自動車展示会開催中）

信州スカイパーク 8 号駐車場地図



| | |
|-----------|---|
| 大会 事務局 | 木村佳司 E-mail: kimurakeishi11@gmail.com 電話: 090-3333-0893 住所: 〒399-0039 長野県松本市小屋北 2-22-19 |
|-----------|---|

競技技の流れ

11:00-13:00 受付

・配布物

E-card (バックアップラベル)

マイカード利用をエントリ時に申請されているかたは、バックアップラベルのみの配布です。

レンタル E-card は競技終了後に返却ください。

出走前に、必ず E-card の動作テストを行ってください。会場に E-card ユニットのテストユニット (アクティベートユニット) を置きます。E-card が反応し、テストユニットの LED が点目すれば動作しています。

コンパスの貸し出しはありません。

会場案内

・屋根付き休憩棟です。

屋根はありますが、壁はありません。寒いです。

屋根のある場所に荷物を置くことはできます。

貴重品は各自で管理ください。

・100m 離れた位置にバリアフリーの公園トイレがあります。

・更衣室はありません。

・近くに飲料の自動販売機があります。売店はありません。

・足洗い場は会場にありません。会場横に池があります。

公式掲示板

プログラムの発行以降に発生したお知らせは、会場に設置する公式掲示板に掲示します。競技参加前に必ず掲示内容を確認してください。

スタート (12:00 - 13:00)

・スタートは会場のすぐ横です。

・スタートの進行はスタートに設置された電波時計に従って行います。参加者は自分の責任で時計を見て自分のスタート時刻になったらスタートしてください。

・補助として以下のことを行います。

スタートチャイマーを使用します。

役員によるスタート前の誘導を行うことがあります。

・使用する予定のスタートチャイマーの動作

スタート 10 秒前にピーブ音 (440Hz 1 秒間)

スタート 4 秒前にピーブ音 (440Hz 0.2 秒間)

スタート 3 秒前にピーブ音 (440Hz 0.2 秒間)

スタート 2 秒前にピーブ音 (440Hz 0.2 秒間)

スタート 1 秒前にピーブ音 (440Hz 0.2 秒間)

スタート 時刻にピーブ音 (880Hz 1 秒間)

・スタート 3 分前に 3 分前枠に入ってください。

・スタート 2 分前になりましたら、2 分前枠にお進みください。

2 分前枠にコントロール位置説明 (ディスクリプション) を置きます。自分の出走するコースの位置説明を 1 枚取ってください。

・スタート 1 分前になりましたら、1 分前枠にお進みください。

スタート 10 秒前になりましたら、E-card をスタートユニットに嵌め込んでください。

(スタートチャイマーでは 10 秒前にもピーブ音が鳴ります。)

スタート 1 分前からは役員は声掛けしません。

・スタート時刻になりましたら E-card をスタートユニットから外し、自分のクラスの地図を取ってスタートしてください。(リフトアップスタート方式)

・遅刻者は、スタート役員に申し出てください。他のスタート者の邪魔にならない時刻にスタートしていただきます。スタート閉鎖時刻後のスタートはできません。

競技 (12:00-15:00)

・スタート後は必ずフィニッシュを通過してください。競技を中断し、無連絡で帰宅しないようにお願いします。このときは未帰還者として扱われ、搜索の対象となります。

・最大競技時間は 120 分です。これを超える場合は競技を中断してフィニッシュしてください。

・競技中に怪我人を見つけた場合は、競技を中断して救護にあってください。

・スタート時刻とともに、競技の計時を開始します。

・スタート時刻後は赤白色のストリーマ (マーキングテープ) に沿ってスタートフラッグまで進んでください (約 100m)。フラッグの位置が地図で示されたスタートマーク (△) の中心です。ここからオリエンテーリング開始してください。

・競技範囲は多数の公園利用者がいます。安全には充分するとともに、驚かすような接近や飛び出しの無いように競技を行ってください。公園はみんなで気持ちよく利用しましょう。

・公園の内部には自転車があります。車の通る場所もあります。周囲の動きをよく見て、安全な行動をしてください。

・トレイン内部に多数水飲み場とトイレがあります。

・ML/WL コースでは無人給水コントロールを通過します。コントロールの横 5m の場所に水飲み場があります。(写真参照) コントロール位置説明では給水コントロールとして表示されています。



フィニッシュ (12:00-15:00)

- ・フィニッシュは会場です。
- ・最終コントロールからフィニッシュまで誘導はありません。地図を見てフィニッシュに向かって進んでください。
- ・フィニッシュにあるユニットに E-card を嵌め込んだ時刻をフィニッシュ時刻とします。ここで競技終了となります。(パンチングフィニッシュ方式)

【初めてのかたはココに注意！】

E-card をフィニッシュユニットに嵌め込まず、そのまま E-card 読み込み回収された場合は、コースを正しく回ったことにならず、失格となります。

- ・フィニッシュにて E-card を回収します。
マイカードのかたは、E-card は回収せず、E-card に記録されたデータの確認とバックアップラベルの確認を行います。
- ・競技が終了した地図の回収は行いません。最終スタート時刻以前には、会場で競技上の情報交換を禁止します。地図返却時に人が密集してしまうことを避けるための処置です。新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。

会場ではスタート前の選手との接触、コース、地図情報交換を禁止します。特に監視員は置きませんが、スポーツマンシップに則り、公正な競技が最後まで行うことができるようご協力ください。

結果速報

- ・競技結果速報をネット上 Lap Center にて公開します。

<https://mulka2.com/lapcenter/>



救護所

救護所は会場に置きます。

表彰式

本大会では表彰式は行いません。
人が密集してしまうことを避けるための処置です。新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力ください。

テレイン開放

フィニッシュ閉鎖時刻以降、当日日没前の明るい時刻までテレインを開放します。競技の検証など行うことができます。テレインに入るときは自己の責任でお願いします。
フィニッシュ閉鎖時刻以降はコントロールフラッグの撤収を行います。ご協力いただくと、たいへん助かります。

競技情報

| | |
|------------|--|
| 大会名 | 第 35 回長野県オリエンテーリング大会 |
| 日時 | 2020 年 10 月 24 日 (土) |
| 会場 | 信州スカイパーク ターミナルゾーン 屋根付き休憩棟 |
| 主催 | 長野県オリエンテーリング協会 |
| 競技 | ポイントオリエンテーリング 公益社団法人日本オリエンテーリング協会の競技規則に準ずる。 |
| テレイン | 松本空港広域公園「信州スカイパーク」とその周辺道路。標高 600m-700m。 |
| 立入禁止エリア | 大会前の立入禁止エリアはありません |
| 服装 | ピン付きの靴の使用を禁止します。 |
| 給水所 | 主催者提供の給水所はありません。 コース途中には公園水飲み場が多数あります。 |
| 地図 | 縮尺 1:10,000 等高線間隔 2m ISOM 準拠 一部特殊記号を使用します。 |
| コントロール位置説明 | IOF 記号にて表記 最大サイズ 26cm x 5.5cm |
| パンチシステム | EMIT システム |
| 実行委員長 | 木村佳司 (長野県オリエンテーリング協会) |
| コース設定者 | 田中 悠 (長野県オリエンテーリング協会) |

コース情報

| クラス | 直線距離 | ルート距離 | 登高 |
|-------|--------|--------|-----|
| ML/WL | 12.0km | 15.2km | 90m |
| MM/WM | 7.0km | 8.7km | 60m |

コースプロフィール

エリア毎で異なるテレインの性質や、趣向の異なるレグに対し、適切に対処できる力を問うコース設定となっています。距離の長いパーク O に終止せず、縮尺 1:10,000 でありながらもフォレスト・スプリントの両方のテイストを混ぜ込んだ、信州スカイパークならではのオリエンテーリングを体感できるでしょう。

トレインプロフィール

トレインの信州スカイパークは、「信州まつもとと空港」をぐるりと囲む広大な公園です。松本平の中心に位置し、トレイン内に目立った丘や山はありません。全域が公園整備されていて、全域にわたって極めて通行可能度が高いです。草原部分や舗装部分が多く、遠くが見渡せるところが多いです。標高 600m-700m。

信州スカイパークの中にマレットゴルフ場が点在しています。マレットゴルフは長野県内で盛んなスポーツです。マレットゴルフのコース内は立入禁止です。

公園は多くの人々が利用しています。オリエンテーリングのために占有するわけではありません。公園利用者とうまく空間を共有できるように常に周囲に気を配って利用してください。

地図情報

縮尺 1:10,000 等高線間隔 2m ISOM 準拠

特殊記号：二車線道路（横断禁止） 

この記号の道路の**平面横断を禁止**します。**道の両側にある歩道は通行可能**です。この道路の一部には横断歩道や信号がありますが、全区間にわたって一律に横断禁止とします。この道路の横断は立体交差を使用してください。

特殊記号：立入禁止区域 

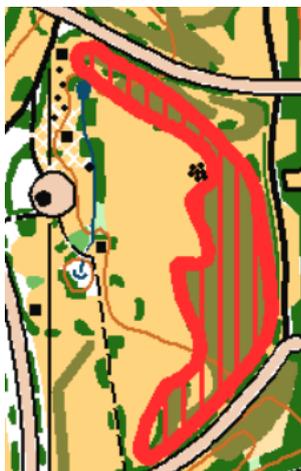
狭い範囲の立入禁止区域を地図上で見えやすくするために赤色ベタで表現している箇所があります。

特殊記号：人が通れるトンネル 

地下歩道です。

マレットゴルフ場：

花壇と同じ地図記号で示しています。立入禁止です。マレットゴルフ場を特に強調して表現したい箇所は、立入禁止表示をして、周囲を太い赤枠で囲んで目立つように表記しています。これは地図の上の表現上の工夫だけで、現地にマッキングはありません。



地図記号

| | |
|--|---------------|
|  | 主要道路（横断禁止） |
|  | 一般主要道路・駐車場 |
|  | 歩行者用主要道路・舗装区域 |
|  | 道路・道 |
|  | 小道・小径 |
|  | トンネル |
|  | 建物 |
|  | 池・川・湿地 |
|  | 柵（通り抜けできない） |
|  | 岩がけ（通り抜けできない） |
|  | 岩・岩石地・岩の地表 |
|  | 小規模遊具や銅像など |
|  | 小さな塔・独立樹 |
|  | 小さなこぶ・細長いこぶ・穴 |
|  | 開けた土地・半ば開けた土地 |
|  | 耕作地・果樹園 |
|  | 花壇・有料施設（立入禁止） |
|  | 走行容易な林 |
|  | 走行可能な林 |
|  | 通行可能な林 |
|  | 通行困難なやぶ・植込み |
|  | 人が通れるトンネル |
|  | 通行禁止 |
|  | 立入禁止 |

その他

競技中止の方針

- ・最終的には実行委員長が現場で判断します。
- ・競技中止の場合も参加者個別への通知は行いません。現地でのアナウンスのみとします。電話での個別の問い合わせがあったときは対応します。
- ・中止判断の基準：長野県松本市中心部に気象上の警報が発令されているとき。
- ・競技が中止になった場合でも参加費の払い戻しは行いません。

免責事項

- ・参加者は良好な健康状態で参加してください。
- ・万一事故等が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負いません。
- ・悪天候、自然災害の発生等により大会を中止する場合があります。その際参加費の払い戻しはできません。
- ・大会中の映像や写真をラジオ、テレビ、新聞等のメディア及び主催者ホームページ等へ使用する権利は主催者に属します。
- ・大会会場における事故や盗難等について、主催者は一切の責任を負いません。

ML スタートリスト

| ID | スタート | 氏名 | 所属 | カード番号 |
|----|-------|--------|------------|--------|
| 01 | 12:01 | 平岡 雅芸 | PLANT | レンタル |
| 02 | 12:02 | 小寺 実 | 丘の上 | レンタル |
| 03 | 12:03 | 芳賀 太史 | つばめ会 | レンタル |
| 04 | 12:04 | 砂原 和允 | つばめ会 | レンタル |
| 05 | 12:05 | 西村 和人 | 横浜 OL クラブ | レンタル |
| 06 | 12:06 | 石原 湧樹 | アークスキーチーム | 231466 |
| 07 | 12:07 | 入江 崇 | サン・スーシ | レンタル |
| 08 | 12:08 | 青木 健悟 | 名古屋大学東京 OB | レンタル |
| 09 | 12:09 | 藤澤 達也 | | 251150 |
| 10 | 12:10 | 宮嶋 哲矢 | 長野県協会 | レンタル |
| 11 | 12:11 | 林 武彦 | 岐阜 OLC | レンタル |
| 12 | 12:12 | 板谷 日出男 | OLP 兵庫 | 210740 |
| 13 | 12:13 | 立川 大輝 | くびき OC | レンタル |
| 14 | 12:14 | 板橋 侑樹 | | 512131 |
| 15 | 12:15 | 後閑 茂弘 | 丘の上 | レンタル |
| 16 | 12:16 | 小川 一真 | | 502493 |
| 17 | 12:17 | 佐藤 雄太郎 | オリエンティア軍団 | 189697 |
| 18 | 12:18 | 大田 拓穂 | つばめ会 | レンタル |
| 19 | 12:19 | 下條 史 | 北杜 OLC | レンタル |
| 20 | 12:20 | 谷川 友太 | 片塾 | 238946 |
| 21 | 12:21 | 大石 征裕 | 樺会 | 240603 |
| 22 | 12:22 | 清水 有希 | | 509779 |
| 23 | 12:23 | 伊藤 太地 | 北杜 OLC | レンタル |
| 24 | 12:24 | 山本 賀彦 | OLP 兵庫 | 483429 |
| 25 | 12:25 | 本庄 祐一 | 東大 OLK | 251151 |
| 27 | 12:26 | 衣笠 匠斗 | 東大 OLK | 251010 |
| 26 | 12:27 | 村上 巧 | 横浜 OL クラブ | 512132 |
| 28 | 12:28 | 丸山 茂樹 | | レンタル |
| 29 | 12:29 | 塩入 央尚 | 北杜 OLC | レンタル |
| 30 | 12:30 | 神戸 鍊一郎 | | 511244 |
| 31 | 12:31 | 西村 駿 | 入間市 OLC | レンタル |
| 32 | 12:32 | 大塚 友一 | 京葉 OL クラブ | 483384 |
| 33 | 12:33 | 向田 真一 | | レンタル |
| 34 | 12:34 | 藤生 考志 | 緑外会 | 221707 |
| 35 | 12:35 | 西名 慧史 | 六国会 | 507387 |
| 36 | 12:36 | 奥村 理也 | TREKNAO | 401574 |
| 37 | 12:37 | 神谷 孫斗 | 三河 OLC | 240230 |
| 38 | 12:38 | 緒方 賢史 | 奈良市 | レンタル |

| | | | | |
|----|-------|--------|---------------|--------|
| 39 | 12:39 | 蛭田 晃仁 | ときわ走林会 | 509866 |
| 40 | 12:40 | 小泉 辰喜 | 東京 OL クラブ | 196185 |
| 41 | 12:41 | 倉澤 勝美 | 長野県協会 | レンタル |
| 42 | 12:42 | 井上 仁 | OLC レオ | 504996 |
| 43 | 12:43 | 外石 裕太郎 | | レンタル |
| 44 | 12:44 | 塚原 慎二 | 長野県スカイランニング協会 | レンタル |
| 45 | 12:45 | 豊沢 吉弥 | 長野県協会 | レンタル |

MM スタートリスト

| ID | スタート | 氏名 | 所属 | カード番号 |
|----|-------|--------|---------------|--------|
| 46 | 12:01 | 平沢 正紀 | つるまい OLC | レンタル |
| 47 | 12:02 | 小島 由幸 | 入間市 OLC | 502866 |
| 48 | 12:03 | 本多 太郎 | OLC ルーパー | レンタル |
| 49 | 12:04 | 滝 正晴 | 静岡 OLC | 209774 |
| 50 | 12:05 | 町井 稔 | 長野県協会 | レンタル |
| 51 | 12:06 | 山田 一善 | 多摩 OL | レンタル |
| 52 | 12:07 | 石川 昌 | 長野県協会 | レンタル |
| 53 | 12:08 | 太矢 隆士 | 京葉 OL クラブ | レンタル |
| 54 | 12:09 | 小林 二郎 | 入間市 OLC | 209683 |
| 55 | 12:10 | 浅沼 英博 | 多摩 OL | レンタル |
| 56 | 12:11 | 大野 政男 | 下野市 OLC | 240112 |
| 57 | 12:12 | 棚橋 是之 | 長野県協会 | レンタル |
| 58 | 12:13 | 内山 千尋 | 長野県スカイランニング協会 | レンタル |
| 59 | 12:14 | 金井 桂一 | 方向音痴会 | レンタル |
| 60 | 12:15 | 鈴木 まさし | 山口大 OLC | レンタル |
| 61 | 12:16 | 大木 孝 | みちの会 | 502868 |
| 62 | 12:17 | 風穴 周 | | 204891 |
| 63 | 12:18 | 藤原 三郎 | 北杜 OLC | レンタル |
| 64 | 12:19 | 鵜飼 須彦 | OLC ルーパー | 220416 |
| 65 | 12:20 | 太矢 敦士 | 京葉 OL クラブ | レンタル |
| 66 | 12:21 | 酒井 克明 | Team 白樺 | 401710 |
| 67 | 12:22 | 木村 卓哉 | 長野県スカイランニング協会 | レンタル |
| 68 | 12:23 | 高橋 秀明 | 長野県協会 | レンタル |
| 69 | 12:24 | 安藤 克美 | 早大 OC 寿会 | レンタル |
| 70 | 12:25 | 鈴木 健夫 | 京葉 OL クラブ | レンタル |

WL スタートリスト

| ID | スタート | 氏名 | 所属 | カード番号 |
|----|-------|--------|---------|--------|
| 71 | 12:46 | 石坪 夕奈 | 樺会 | 189851 |
| 72 | 12:47 | 鈴木 彩心 | 入間市 OLC | 189852 |
| 73 | 12:48 | 稲邊 穂乃香 | | 254337 |
| 74 | 12:49 | 緒方 美智 | 奈良市 | レンタル |
| 75 | 12:50 | 深浦 茂子 | | レンタル |
| 76 | 12:51 | 高橋 美和 | 長野県協会 | レンタル |
| 77 | 12:52 | 西名 紗織 | 桐嶺会 | 507386 |
| 78 | 12:54 | 番場 洋子 | | 240246 |
| 79 | 12:55 | 神石 明子 | 4年2組 | レンタル |
| 80 | 12:56 | 上島 じゅ菜 | | 251255 |
| 81 | 12:53 | 須本 みずほ | 椋山女学園大学 | 245058 |
| 82 | 12:57 | 長瀬 麻里子 | | 251256 |
| 83 | 12:58 | 豊沢 弥生 | 長野県協会 | レンタル |

WM スタートリスト

| ID | スタート | 氏名 | 所属 | カード番号 |
|----|-------|--------|---------|--------|
| 84 | 12:31 | 泉田 みどり | 入間市 OLC | 240510 |
| 85 | 12:32 | 滝 志保 | 静岡 OLC | 210123 |
| 86 | 12:33 | 坂根 歩実 | | 251257 |
| 87 | 12:35 | 倉澤 由貴枝 | 長野県協会 | レンタル |
| 88 | 12:34 | 田中 真紀 | | レンタル |
| 89 | 12:36 | 酒井 か代子 | Team 白樺 | 401492 |
| 90 | 12:37 | 坂巻 朱里 | ときわ走林会 | 251261 |