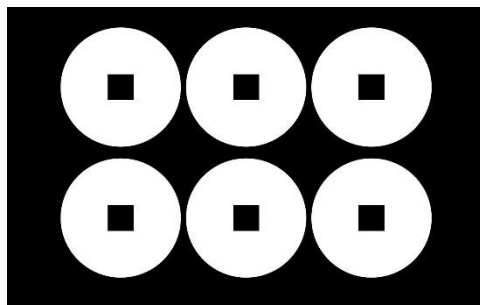


信州上田ロゲイニング 2021 プログラム



強大な徳川軍を二度も撃退した上田城。
強力なコロナ軍に負けない信州上田ロゲイニング

開催日：**2021年5月4日（祝）**

会場：上田城跡芝生広場（長野県上田市）
（JR北陸新幹線「上田駅」より900m）

競技：ロゲイニング（制限時間5時間）

フィールド 上田市市街地・太郎山系・東山山系



はじめに

本イベントは 2015 年にスカイランニング合宿の一環として始まりまし
た。山岳での重要安全スキルである地図読み技術を磨く場として開
催しました。合宿のコンセプトはその後引き継がれ、今回もミニマ
ム運営でお届けします。自律的な行動でミニマム運営のコンセプトに賛
同でいただける参加者のみ参加ください。

新型コロナウイルス感染症対策

- ・体調の悪い方、発熱しているかたは参加を見合わせてください。
- ・当日受付で検温を行います。体温が 37.5℃以上のかたは参加で
きません。
- ・野外会場です。会場に手指消毒用品を用意します。
- ・会場など人が集まる場所、会話する時はマスク着用をお願いします。
- ・競技終了後は競技報告を提出したら、解散となります。
- ・コントロール通過確認のクロスチェックは行いません。競技結果報告
は誠実に、確実に行ってください。
- ・表彰式は行いません。結果は web で確認ください。

タイムテーブル

8:30-9:30	受付	
9:30	開会式・競技説明	
10:00	スタート	全参加者一斉
15:00	フィニッシュ時刻	競技時間最大 5 時間
15:30	競技報告提出して終了	（表彰式なし）

重要事項

- ・この競技は一般の交通ルールや社会マナーを守った上に得点ルールを重ねたものです。交通ルールを守り、安全に競技してください。
- ・救急搬送が必要な事故が発生したときは、その場から 119 番通報してください。携帯電話にある GPS 情報が救急本部に通知されます。そのあと大会本部に知らせてください。
大会本部電話 090-3333-0893 (木村佳司)
- ・ソロ参加では決して無理をしないでください。体に異変があればすぐに本部まで電話してください。

会場 (上田城跡芝生広場)

会場場所 URL

<https://www.google.co.jp/maps/@36.4028665,138.2442464,18.75z?hl=ja>

交通案内

公共交通機関 JR 北陸新幹線「上田駅」より徒歩 900m
自家用車 長野自動車道「上田・菅平インター」から 5 分

駐車場は上田駅周辺の有料駐車場をご利用ください。

利用できる最寄りの有料駐車場 (会場まで徒歩 600m)

上田城跡公園 北観光駐車場 (有料)

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/tosikei/5560.html>

「上田城跡公園場駐車場」(会場横)への駐車は禁止。

ここは上田城観光客専用駐車場です。

会場案内

青空会場です。風雨をしのげる建物はありません。

更衣室はありません。トイレは会場横にあります。

競技中の荷物は上田駅、または市内のコインロッカーをご利用ください。

主催者は荷物を預かりません。

競技の説明

競技の概要

- ・フィールド内に 43 個のコントロール (目標場所) を設定します。それぞれのコントロールを通過すると得点が与えられます。5 時間の制限時間内にどれだけ得点を得ることができるかを競います。
- ・コントロールを示す地図を競技前に配布します。地図を見ながら、作戦を考え、自分たちの力で巡ってください。
- ・通過証明方式はデジタルカメラ (携帯電話のカメラ機能も可) の写真撮影によります。
- ・この競技は一般の交通ルールや社会マナーを守った上に得点ルールを重ねたものです。交通ルールを守り、安全に競技してください。
- ・グループはスタートしてからフィニッシュするまで必ず一緒に行動してください。原則としてすべてのメンバー間の距離が 30m 以内になるよう行動してください。(肉声が届く範囲を目安としています)

フィールド

- ・上田市市街地・太郎山系・東山山系
最高標高 850m 最低標高 400m
アップダウンが少なく、真田氏の史跡が残る城下町・上田市街。戦国時代の戦場となった砥石城周辺の里山。快適な里山が楽しめる東山山系がフィールドです。
- ・千曲川河川敷は立入禁止
2019 年台風 19 号の洪水被害以降、河川敷は完全に復旧していません。今回のコースで河川敷を通行するルートはありません。
- ・フィールド内の森と耕作地の境目に防獣柵 (鹿柵) があります。小道に沿ったゲートを通って通過できます。ゲートは通常は閉まっていますが、手で開けることができます。通過の際は、ゲートを開閉して通過してください。通過後は必ず閉めてください。防獣柵を開けたままに閉め忘れると、野生動物 (主に鹿) による農作物への食害が出る恐れがあります。防獣柵の通過 (ゲートの開閉) に、およそ 1 分間かかります。獣柵ならびにゲートの位置は地図に表記していません。
- ・東山山系ならびに太郎山系とも山の中に水場はありません。水をしっかり持って山の中に入って下さい。

競技中の移動手段

徒歩とランニングのみ許可。乗り物はすべて使用禁止です。

コース

コントロール数は 43 箇所。

コントロール番号がそのままコントロール得点になります。

最低得点コントロール : 31 点、最高得点コントロール : 179 点、すべてのコントロールの得点総合計 : 3000 点。

制限時間に間に合わなかった場合は、超過時間 1 秒から 60 秒まで 100 点の減点となります。その後 1 分超過すごとに 100 点ずつ減点されます。

コントロール通過証明方式

デジタル写真撮影による。

地図と同時にコントロールカードを配布します。これにはコントロールにある特徴物の写真を掲載しています。

この特徴物の前でメンバーを入れてデジタルカメラで写真撮影していただくことで、通過証明とします。ソロ参加のかたは、特徴物の撮影のみとしてください。

フィニッシュ後、通過箇所の検証を各自で確認していただきます。

競技中に撮影した写真がすぐに確認できる表示画面をもったカメラを準備してください。

コントロール設定された場所には、もともとそこにある特徴物があるだけです。主催者はこの競技のための特別な器具は設置しません。

給水・給食

給水所は特に用意しません。給水・給食は参加者にて準備願います。

競技中の飲食物の購入は自由です。トレイン (競技地域) の

市街地部分では自動販売機、コンビニ、ショッピングモールがあります。レース中にお金を携帯することをお勧めします。

禁止事項

- ・競技を中断し、無連絡で帰宅すること
- ・競技中にゴミを捨てること
- ・防獣柵（鹿柵）のゲートを開けたまま閉めないこと。
- ・踏切のない線路を渡ること。
- ・金属ピン付シューズを使用すること（木道の保護）
- ・競技時間を30分以上超過すること
- ・携帯電話などの連絡手段を持たず出走すること
- ・歩行または走行以外の移動手段を使用すること
- ・ペットなど動物を連れて競技すること
- ・グループ以外の者の補助を得ること
- ・グループが別れて行動すること
(いずれも救急時を除きます)

許可事項

- ・防獣柵（鹿柵）のゲートを開けて通過すること。ただし、通過直後にゲートを閉めることが通過の条件です。
- ・ナビゲーション補助用具は使用できます。
(コンパス、GPS、高度計、距離計など)

装備

参加者に必ず準備いただく装備

マスク：

スタート前、フィニッシュ後、競技中人の多い所を通過する際に必ず着用してください。

携帯電話：

チームに1台。参加者で用意してください。緊急連絡用です。電池切れを起こさないよう、十分な充電と余裕のある使用方法をお願いします。当日の受付時に携帯電話番号申告書を提出していただきます。

モニタ画面つきデジタルカメラ：

携帯電話、スマートフォンでも構いません。

参加者に準備いただく装備

コンパス：参加者でご用意ください。

ファーストエイドキット、水、行動食、雨具、お金など

服装

濡れたり汚れたりしてもよい服と靴でご参加ください。

イバラ道を通るルートでも破れない服装。

半裸での出走は禁止します。

主催者が準備する装備

チャック付きポリ袋：1枚/人

当日受付で配布します。返却は不要です。

中には地図とコントロール位置説明が印刷面を向かい合わせて封入されています。

主催者からの合図以降、開封して地図をみてください。目安として15分前です。

地図（サイズ A3 ノビ横）

コントロール位置説明（サイズ A3 ノビ横）

地図の説明

サイズ A3 ノビ / 縮尺 1;25,000 / 等高線間隔 10m

地図は国土地理院発行の25,000分の1地図を基本に、修正をおこなったもの。

地図にはコンビニ、公共トイレが主催者の判る範囲で記載されています。

コンビニ ■（緑色の正方形）

公共トイレ ■（赤色の正方形）

磁北

・地図の上側が磁北になるように作成しています。真北とは約7度傾いています。

通っていい場所

- ・基本的には地図に書かれた道を通ってください。
- ・地図に書いていない道でも、明らかに通ってよい道は通行しても構いません。現場の社会常識にあわせて通行してください。
- ・地図上では道があるのに、現地で通行禁止になっている場所は通らないください。
- ・地図の表現能力は有限であることを許容した競技であると理解してください。

競技の流れ

8:30-9:30 受付

- ・提出物 携帯電話番号申告書
- ・配布物 チャック付きポリ袋に入った地図と位置説明（人数分）
配布した状態では地図面が見えないようになっています。
地図オープンの場合までポリ袋を開かないください。

9:30 開会式・競技説明

- ・簡単な開会式と競技説明を行います。
- ・プログラムを読んできていただいていることを前提に、変更点と注意点のみの説明とします。

9:45 地図オープン

- ・配布したポリ袋を開けて地図を見てください。

10:00 スタート

- ・会場の上田城跡公園芝生広場から一斉スタートします。
- ・スタート前に全員で記念撮影を行います。

- 15:00 フィニッシュ

- ・チームは必ず全員揃ってフィニッシュしてください。
- ・会場にデジタル時計を用意します。このデジタル時計を写真に収めてください。写真に撮影された時刻をフィニッシュ時刻とします。

-15:30 帰還・得点の報告

- ・フィニッシュしたチームは得点申告用紙（1枚/チーム）を受け取り、その用紙に、チーム名、フィニッシュ時刻、巡ってきたコントロール番号を記入し、得点を計算してください。
- ・得点計算まで終了したら、受付に提出してください。これが帰還報告を兼ねています。
- ・以上で競技は終了です。そのまま解散してください。
- ・表彰式はありません。
- ・結果はwebにて確認してください。翌日の朝までに結果を掲載します。

その他

大会は以下の場合中止することがあります。その場合でも参加費の返却は行いません。

- ・競技できる天候ではない場合（中止の目安は気象上の警報発令時）
- ・参加者の大半が参加できない状態になった場合（気象、交通、緊急事態宣言、その他）
- ・天変地異、感染症の蔓延などの理由により、会場が利用不能になった場合、あるいは地元から開催中止の要望が出た場合

当日中止の判断について

- ・最終的にはプロデューサー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。

ナビゲーションゲームズ 2021 のシリーズ戦対象大会となります。

- ・本大会の結果に従ってナビゲーションゲームズ 2021 ポイントが得られます。
ナビゲーションゲームズ 2021 は日本オリエンテリング協会がとりまとめるロゲイニングのシリーズ戦です。
ナビゲーションゲームズ 2021 のランキングページでは、本イベントに参加したかたの氏名、性別、ジュニア・シニアカテゴリが掲載されます。

免責事項

- ・参加者は良好な健康状態でご参加下さい。
- ・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のでご了承ください。
- ・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。

問合先

木村佳司

E-mail: kimurakeishi11@gmail.com

電話 : 090-3333-0893

信州上田ロゲイニング 2021

主催 長野県オリエンテリング協会

後援 上田市

一般社団法人信州上田観光協会

協力 公益社団法人日本オリエンテリング協会

プロデューサー 木村佳司（長野県オリエンテリング協会）

コースプランナー 内山千尋（ジャパンスカイランニングアソシエーション）

以上

