

第42回早大OC大会 コース解説

競技責任者・コースセッター 立松 空

※ルートを見やすくするために下絵の不透過度を70%に変更しています。
カッコ内のレッグは解説しているレッグの類似レッグです。

M21A1 入賞者ルート図

茅野横河2022

The 42nd Waseda Univ. Orienteering Club Competition -May 15th, 2022-

長野県茅野市

縮尺 1:10000
等高線間隔 5m
ISOM2017-2 準拠

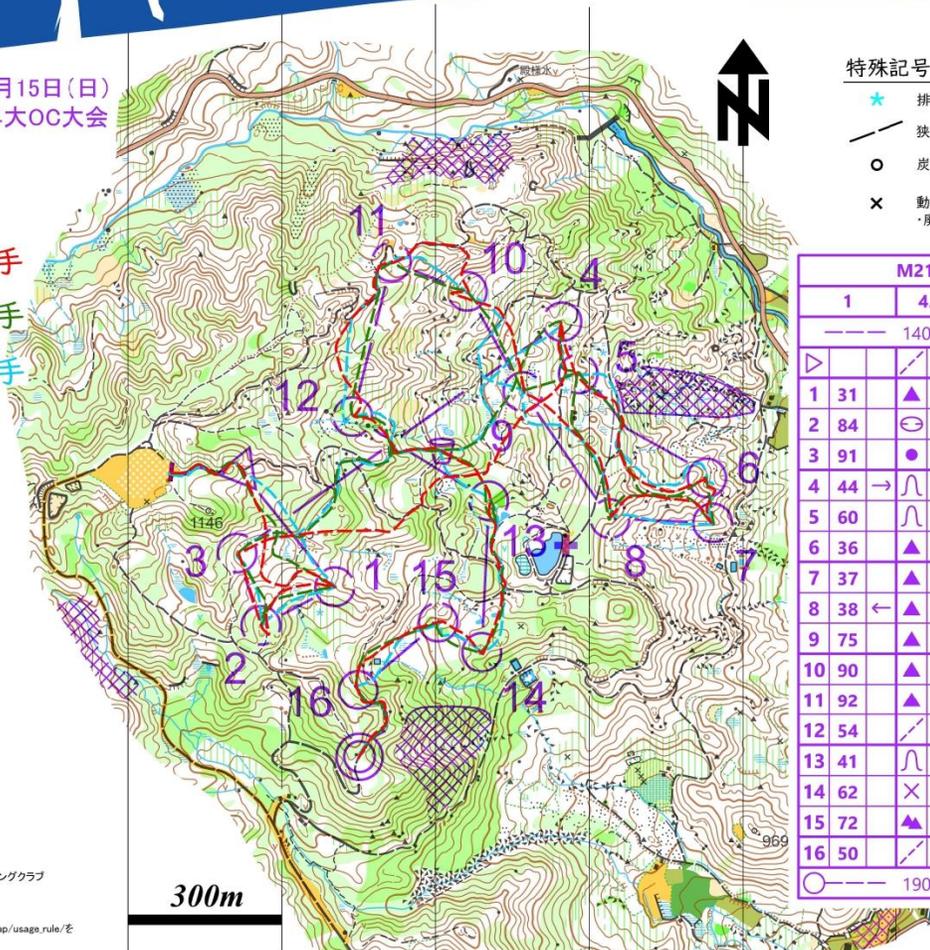
2022年5月15日(日)
第42回早大OC大会

- 1位 本庄祐一 選手
- 2位 前中脩人 選手
- 3位 美濃部駿 選手

特殊記号

- ★ 排水桝
- 狭い切り開き
- 炭焼窯跡
- × 動物用の籠・鳥居・祠
・廃車・展望台・案内板

M21A1			
1	4.3 km	225 m	
----- 140 m ----->			
▷		<	△
1	31	▲	1.5 ○
2	84	⊖	○
3	91	●	1.5 ○
4	44	→	∩
5	60	∩	
6	36	▲	1 ○
7	37	▲	2.5 ○
8	38	←	▲
9	75	▲	2 ○
10	90	▲	1 ○
11	92	▲	1 ○
12	54	∩	<
13	41	∩	∩
14	62	×	○
15	72	▲	1.5 ○
16	50	∩	∩
○----- 190 m -----○			



WUOC No.15
調査期間・調査者
2017年8月～2018年10月 早稲田大学オリエンテーリングクラブ
修正調査
2022年4月 宮西俊太郎(宮西山野精園)
版權 早稲田大学オリエンテーリングクラブ
この地図の利用については、https://wasedaocc.com/map/usage_rule/を
ご参照ください。

M21A2 入賞者ルート図



W21A 入賞者ルート図



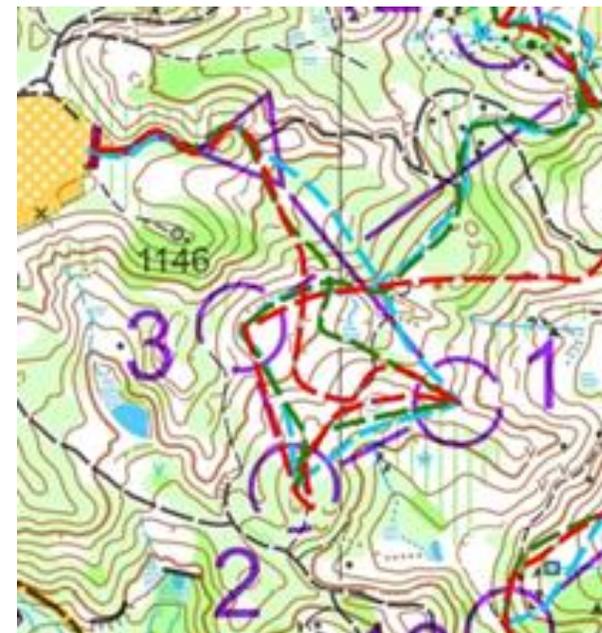
M21A 解説

M21A1とM21A2は統合して解説します。

△～3

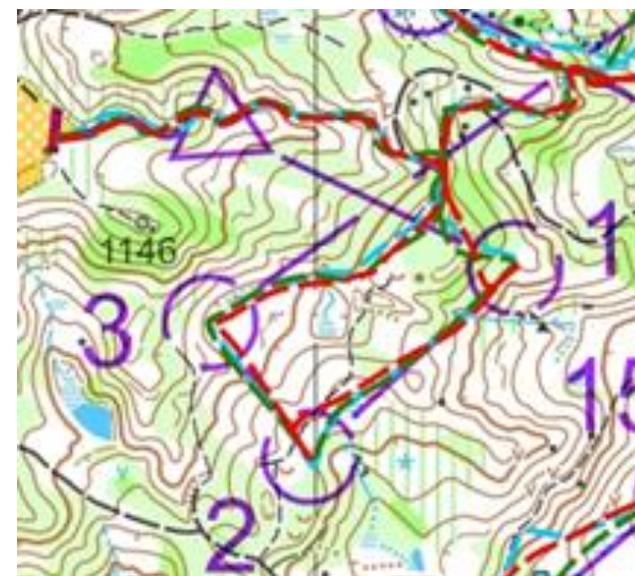
レースの流れを作る重要な立ち上がり。「スタ1で楽をさせない」という思いのもと作成した。A1はまっすぐ、A2は道巻きが速いと想定しており、上位者はその通りのルートをとった。本庄選手は途中大きくそれてしまっているがミスタイムは15秒だけ。走るの速い。どちらのレーンでもミスタイムが付きがちなのはスタ1だけ頑張る人が多いからだろうか。

2ポ、3ポでは読図の余裕がない序盤での正確な動作が問われる。来たるロングレッグに向けて**テレインのイメージをつかみ**、準備を整えられただろうか。本庄選手は2ポでも17秒のミスタイムをつけたが、以降ラスポゴールまで10秒以上のミスタイムはない。



↑ A1

A2 ↓



3→4

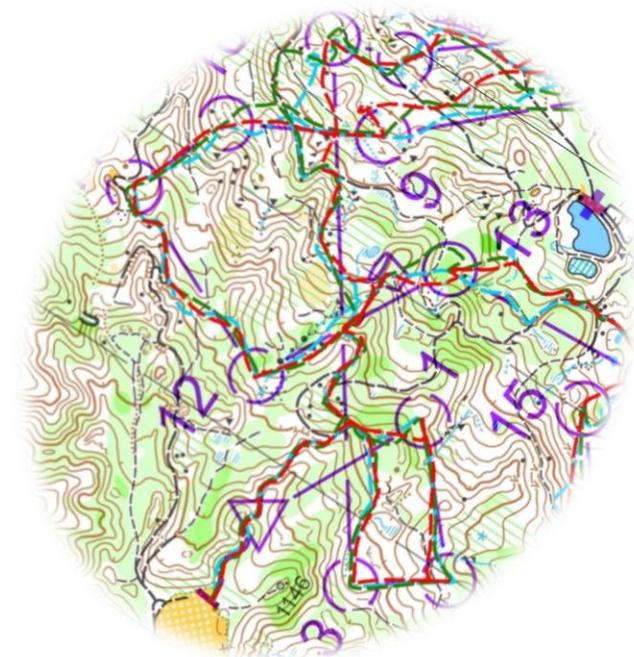
詳しいルート解説は後述。

A1は本庄選手のみ大きく南にまわるルートを選択した。こちらの方がアタックが容易なため、安心してナビゲーション出来そうだ。その本庄選手よりも20秒速いタイムでトップラップとなった佐藤遼平選手のルートも気になるところである。

A2は南河選手がコントロール付近まで小径を引っ張っている。アタックは容易だが距離が延びるため若干のミスタイムを計上。寺垣内選手はアタックの際手前でうろついてしまい1分弱のミス。橘選手はこのレグをうまく決め、トップに躍り出た。



←A1



A2→

4~10

大きなルートチョイスはない、つなぎ気味のレッグたち。パターン共通レッグも多い。

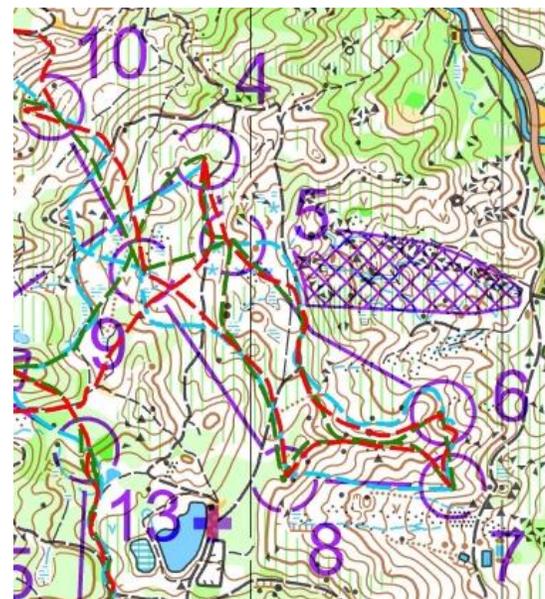
5→6は比較的まっすぐのルートが速いと想定していたが、そのルートを選択したのは橘選手のみで、他の選手は尾根線をたどったようだ。

M2 | A2の7→8ではオーバーランが多発したらしい。上位陣にはいないが、私のもとに数件報告が上がっている。地図をパッと見た時の印象よりも登らないことが原因だろうか。簡単に見えるレッグだが、コントロールはピークの裏なので、登るだけだと思っていると見落としてしまう。溝やピークを頼りにすればオーバーランは防げただろう。

A1では、8→9で前中選手が5ポに吸い寄せられてしまった。ハッチの中登っていく際は自身の走る方向に注意が必要である。

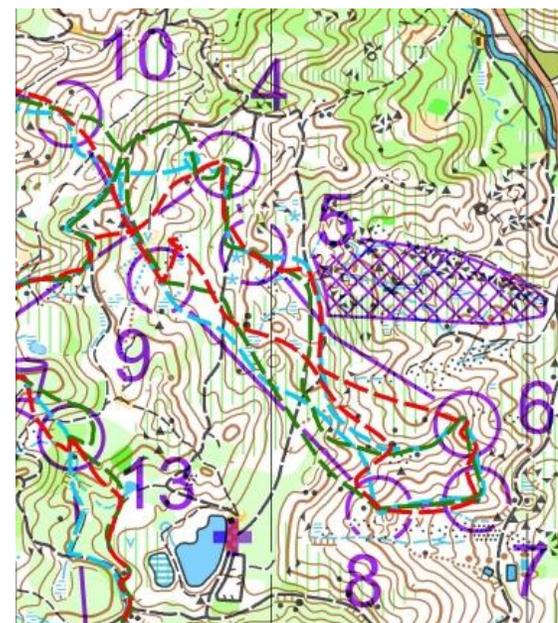
A2では、8→9で橘選手が1分を超えるミス。このレッグを卒なくこなした南河選手がトップとなる。

このエリアは斜面の方向が一様ではなく、ただ「登る」という意識だけでは方向がそれてしまう。方向がそれてしまいそうだと察知して慎重に方向を確認することが重要である。



↑ A1

A2 ↓

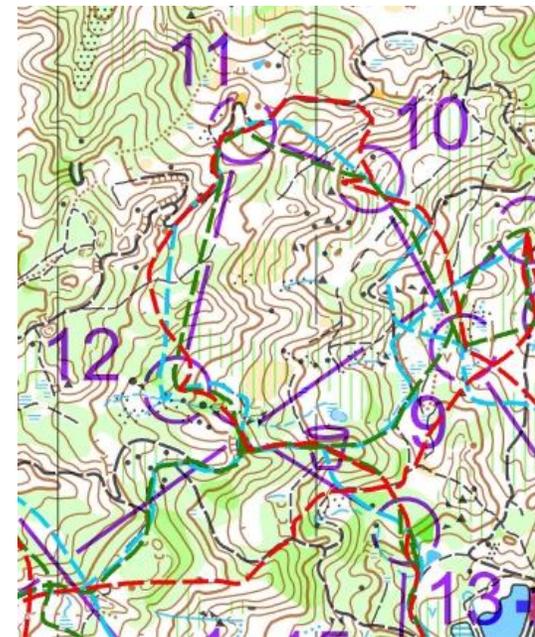


10~13

厳しい登りも10→11で終わりをづけ、再び**難易度高めのミドルレグ**がやってくる。登りから解放されて気分よく走り出すとミスにつながってしまう。10→11はまっすぐ以外ありえないと思っていたが本庄選手は北巻きを選択。しかもミスタイムがあんまりついていない。このルートも意外とありなんですね。

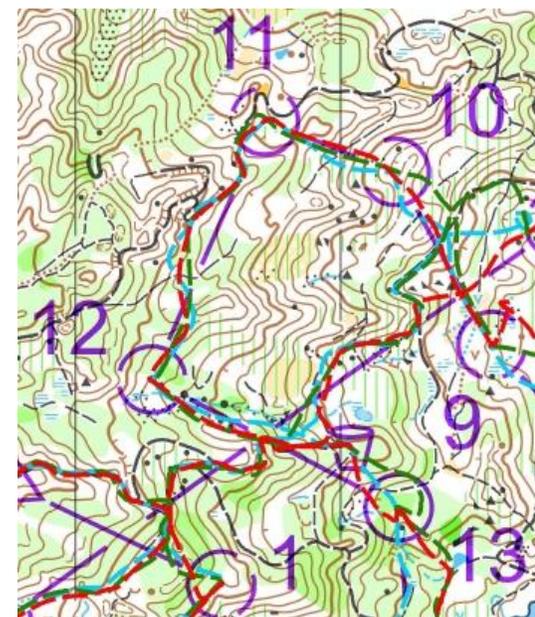
11→12はどちらのパターンでもアタックが重要。コントロール円北側の鞍部までは多くの選手が安心してナビゲーション出来ると思うが、そこからのアタックは**ヤブの中を進むため慎重になる必要**がある。どちらのパターンでも上位選手は大きなミスなくこなしている。

12→13もつづけてアタックが難しいレグ。A1の前中選手はここで1分半のミスタイムをつけ、順位を1つ落とした。明確な**APを設定しづらい**レグではあるため、できるだけ多くの情報を見て現在地をより詳細に把握しておくことが重要である。



↑ A1

A2 ↓



13~◎

レース終盤に再度迫りくる登り。多くの参加者から「ラスポ前のあれがバーティカルじゃないのか」との声を頂いた。14ポからは無論登りがつらいレッグの連続ではあるのだが、15→16ではレッグ線に沿って登っていく技術も求められる。

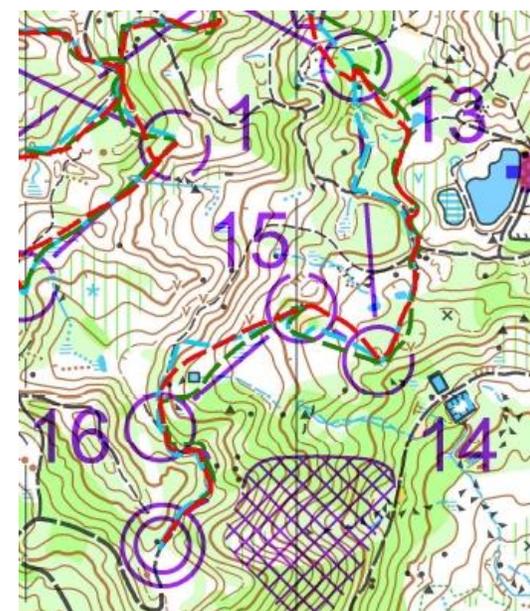
この区間は中難易度のアタックばかりなので、油断しなければ問題なく回れただろう。最終盤で集中力を切らさず、**気合を入れて登ることがランキングポイントの獲得につながる**のだ。

フィニッシュ位置の関係で少し長くなってしまったラスポゴールだが、男女ともに各大会で実績を残してきたラスポゴーラーが輝きを見せた。190mあるとは思えないタイムが出ているので、未確認の方はぜひ確認していただきたい。



↑ A1

A2 ↓



W21A 解説

M21Aで触れていない部分についてのみ解説します。

3～5

3→4は小径を外れた後の高さ管理が重要なレグ。走りやすいところだけを走っていると4ポよりも低いところに出てしまう。ラフオープンとの関係などから自身の高さを把握しておく必要がある。上位陣は全員ミスなくこなしたようだ。

4→5は中村選手が東の平らなエリアから回っている。宮本選手のルートは短いがヤブが痛く、スピードを出しやすい中村選手のルートに対し大きなアドバンテージはないだろう。



10~12

10→11は、小径を外れるタイミングが重要である。登っていた道が平坦になることを見逃していると、救護所まで走ってしまう。アタックの際も、Bヤブと補助コンピークのせいでコントロールは直前まで見えず、周りの様子やコンパスを頼りに自信をもってアタックする必要がある。

11→12はコントロールが見えづらくアタックが難しいかな、と思っていたが、試走の段階から多くの人を通ったため、道っぽくなっていたかもしれない。コントロール周辺に目立った特徴がないので、スルーに注意。



コース全体を通して

コース設定時の思い

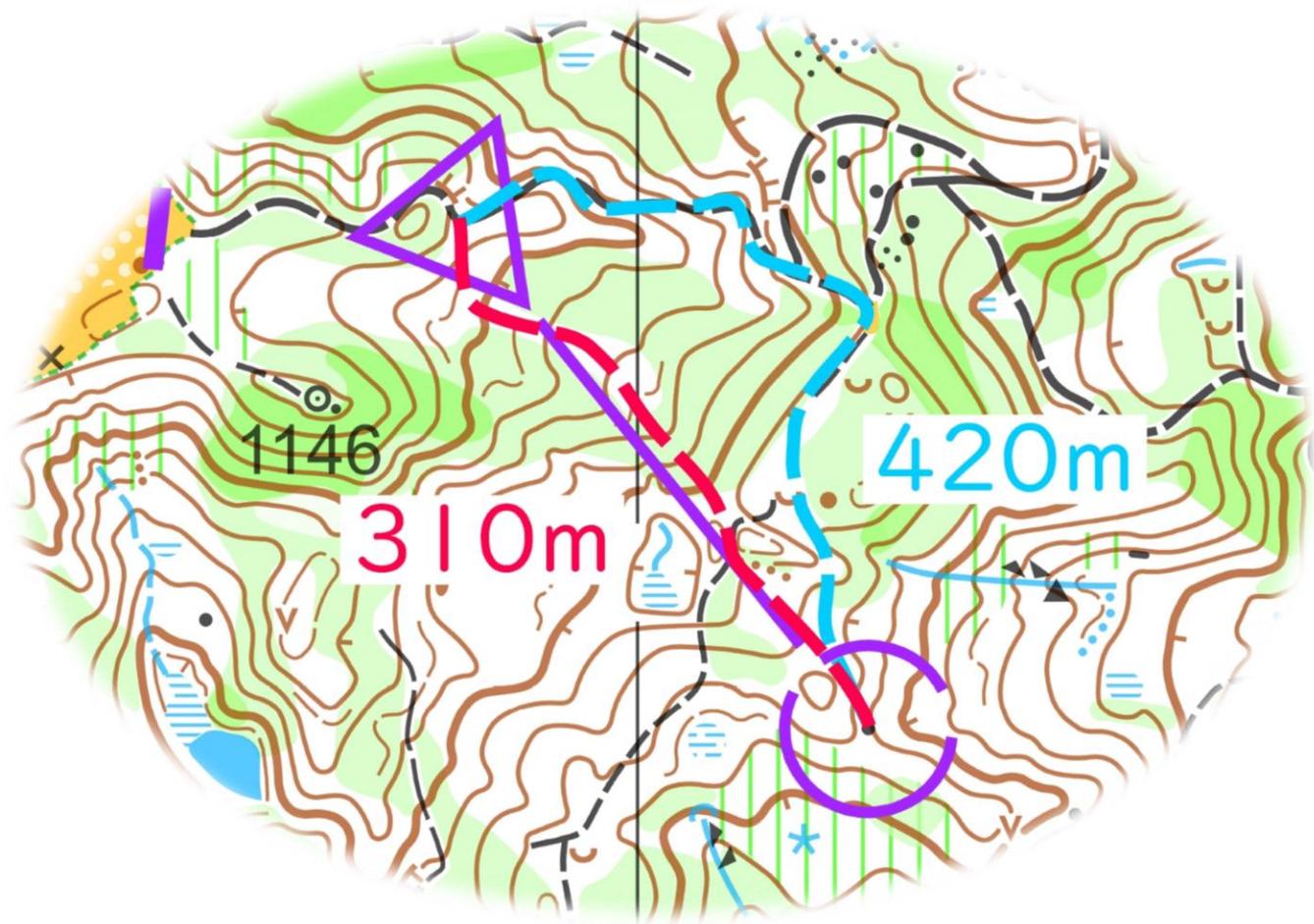
- ・私は区間ごとにテーマがあるコースが好きなので、メリハリのあるコースにしました。
- ・試走時、少し簡単なコースになってしまったことが気になっていました。そこでEAの宮西さんに相談し、コースの修正を行いました。その結果、多くの選手に満足いただけるコースになりました。
- ・ランキング指定レースだったので、タイムにはばらつきが出るといいな、とか思っていました。

みなさんのレースを見て

- ・まず、どちらのコースでもウイニングに近いタイムが出たことに安心しました。
- ・そのうえで、JWOC代表である美濃部選手の力走などには驚かされました。JWOCにも期待がかかりますね。
- ・茅野横河の楽しさが伝わっていれば幸いです！茅野でまた練習会・大会を開催する際はぜひご参加ください！

ここから先は
会場で掲示していたものです

M2IA1 $\Delta \rightarrow I$
(W2IA $\Delta \rightarrow I$)



最速想定:赤 次善:青

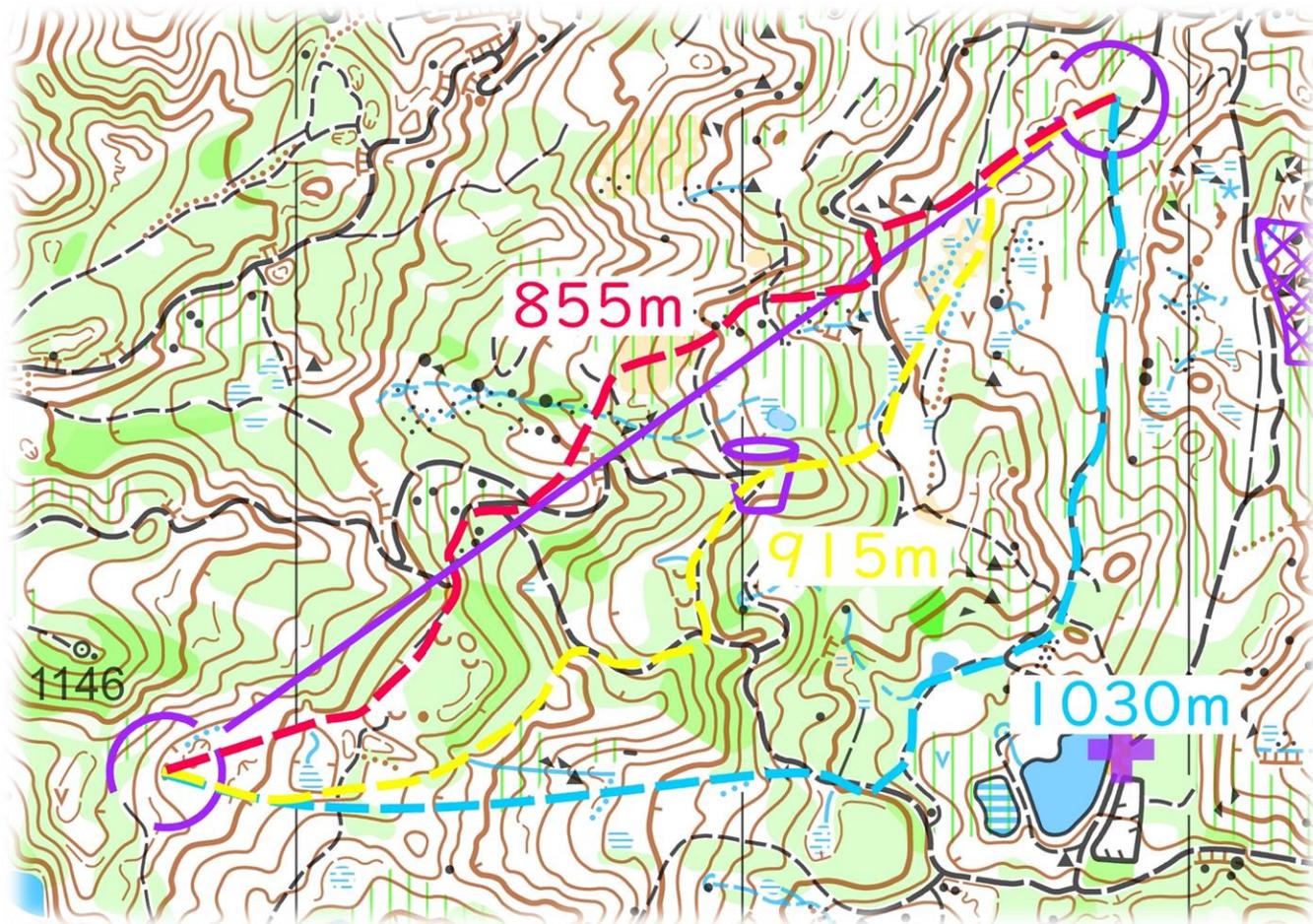
レースの流れを作るために確実に仕留めておきたいレグです。スタート誘導が下りの道なのでつい走ってしまいましたが、あまり読まずに突っ込むとロスに繋がります。

最速想定は直線的で距離が短い赤ルート。終始走行可能度が高く、道を走る青ルートとの大きなスピード差は生まれません。途中の湿地付近のピークとコントロール直前のピークを勘違いしないようにしましょう。

W2IAも同様に直線的に行くのが速いです。

M2IA2は道方向に行く方が速そうなので、それにつられないように注意が必要です。

M21A1, A2 3→4



最速想定:赤 次善:青

M21Aのメインレグです。登りを抑えることを考えると、レグ線より大きく北にまわるルートは遅そうです。

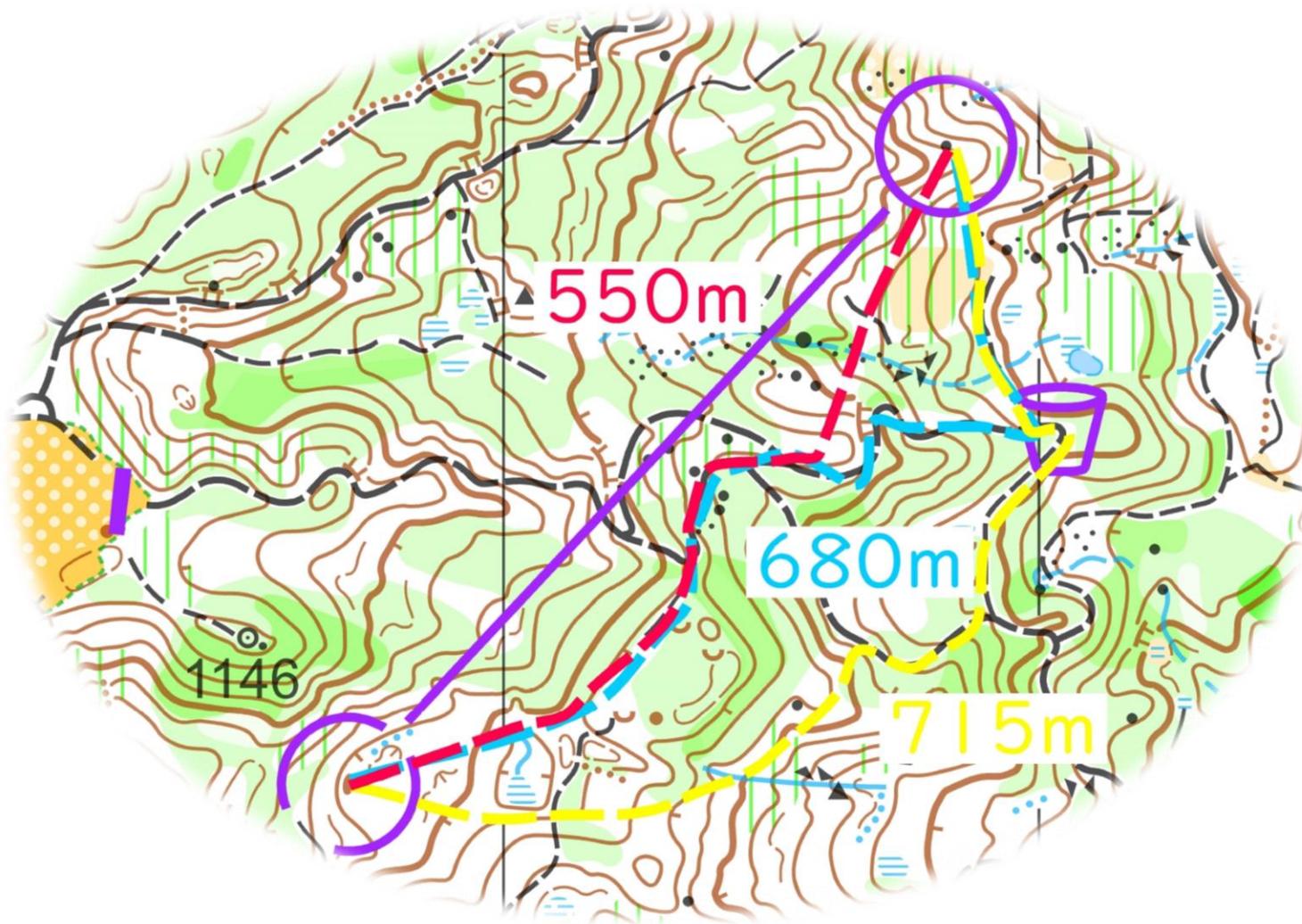
最速想定は赤ルートです。実行中に注意することは多いですが、やはり距離のアドバンテージが大きいです。コントロールはヤブの中の小さな沢なので、特にアタックに注意しましょう。

青ルートはよりシンプルで、スピードを上げることができます。また、前半は全てAヤブ、後半は小径であることから、思ったほどディスアドバンテージを感じません。ただやはり赤ルートと比べて距離が1.2倍あるので、スピードも1.2倍出す必要があるのがつらいところです。トップ層が赤ルートを5分/km程度でこなすことを考えると、青ルートで同タイムを出すには4'10"/kmで走らなければいけません。青ルートは赤ルートの実行に自信がない人向けですね。

黄ルートは赤ルートに対して大きく有利な点がなさそうです。給水したかったらありですね。

W21A 3→4

最速想定:赤 次善:青

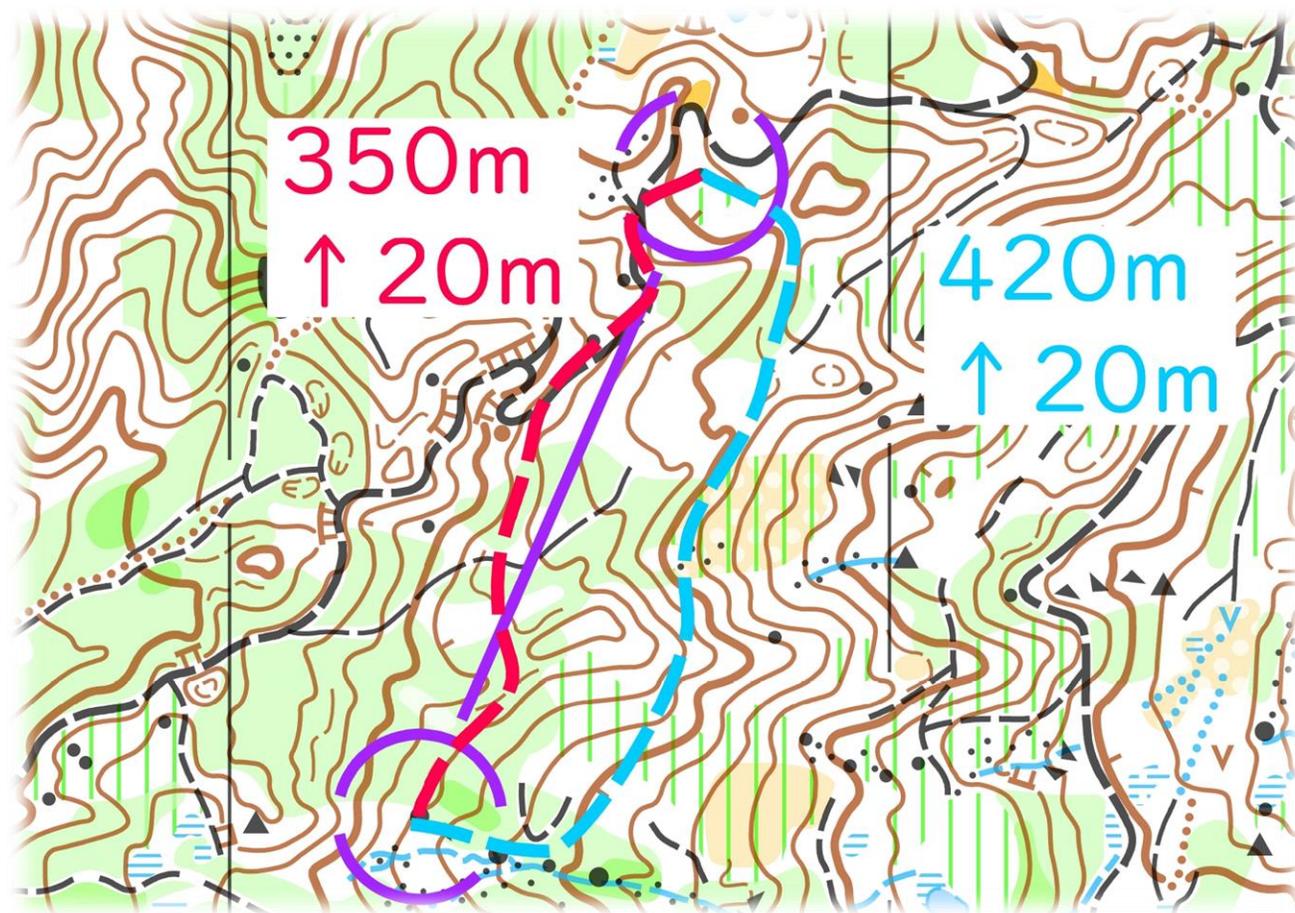


W21Aのメインレグ①です。コントロールが尾根線の奥についていることに注意しましょう。また、登り返しを減らす意識も重要です。

最速想定は赤ルートです。直線的かつヤブを避けていて、比較的高い位置を移動するのでアタックの登り返しも少ないです。雑にナビゲーションすると少しそれでヤブに突っ込んでしまいます。気を付けましょう。

他のルートは長くて最後登りますが、小径を長く引っ張れるのでナビゲーション負荷は下がります。自信がなければ赤ルートよりもいいかもしれません。

M2 | A2 | 11 → 12
W2 | A 6 → 7
(M2 | A1 | 11 → 12)



最速想定: 赤 次善: 青

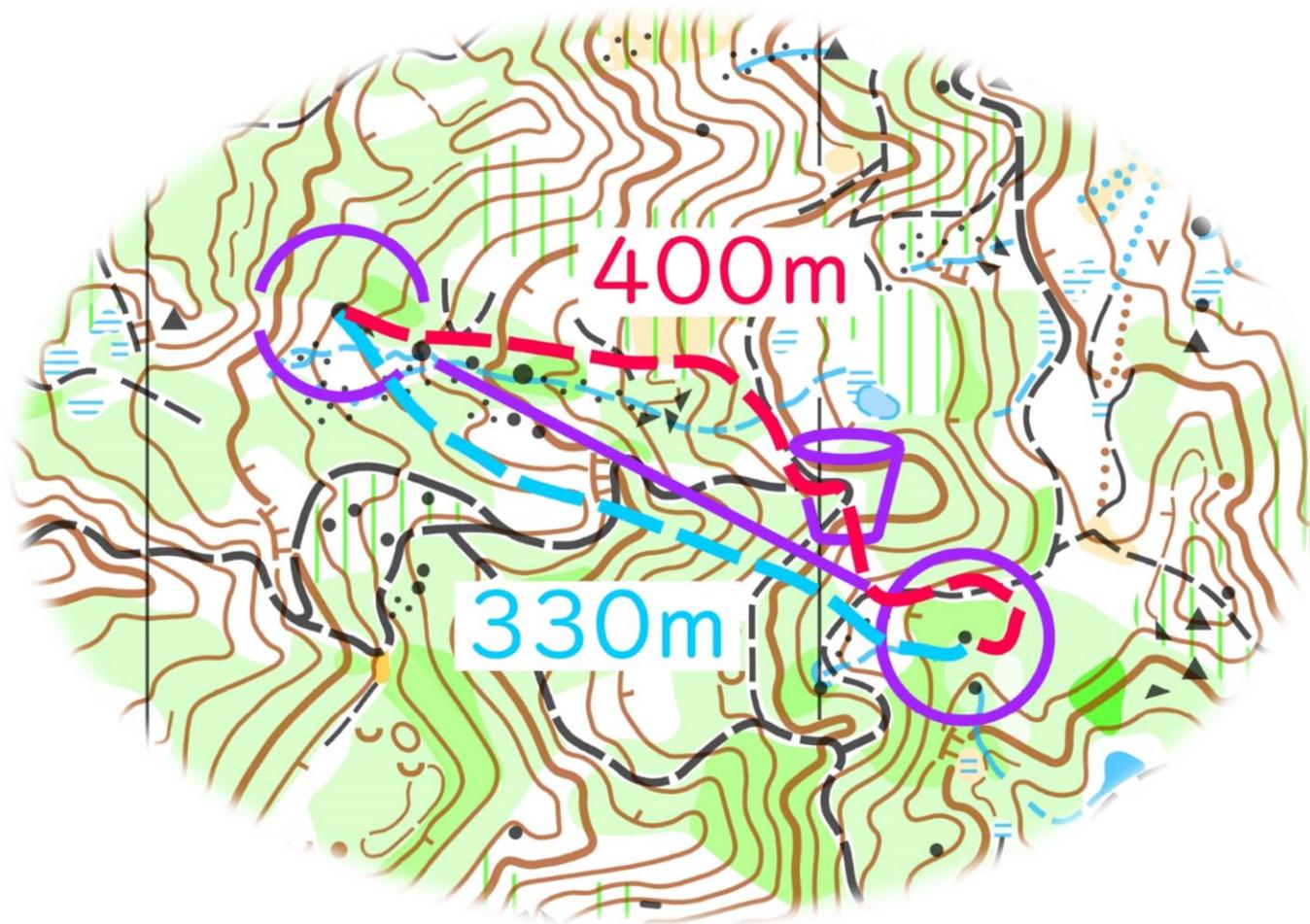
厳しい登りの連続で疲弊したところにやってくる難易度高めのレグです。W2 | Aのメインレグ②です。

最速想定は距離が短く、登りを道でこなせる赤ルートです。道を外れた後、ヤブや斜面に負けずにコンタリングして鞍部に出ます。アタックの際は手前のCヤブがよく見えます。

青ルートは少し長いですが、赤ルートに比べてアタックが容易です。

M2 | A1はコントロール位置がもう少し東(小径の曲がり)なので、登り返しが減る青ルートが一気に有力になります。オリエンテーリング、ポスト位置のちょっとした違いでベストルートが変わってくるところがおもしろいですよね。

M21A2 12→13
W21A 7→8
(M21A1 12→13)



最速想定:青(人によるかも)

長い登りが終わってまた下りに入るレグ。ヤブのこなしで差がつきます。

最速想定は(ヤブ切りが速ければ)青ルート。このヤブはなかなかタフなので、ヤブを巻く赤ルートもありですね。

M21A1はポスト位置がもっと南東なので、Cヤブによる大きな減速がない赤ルートが速そうです。