

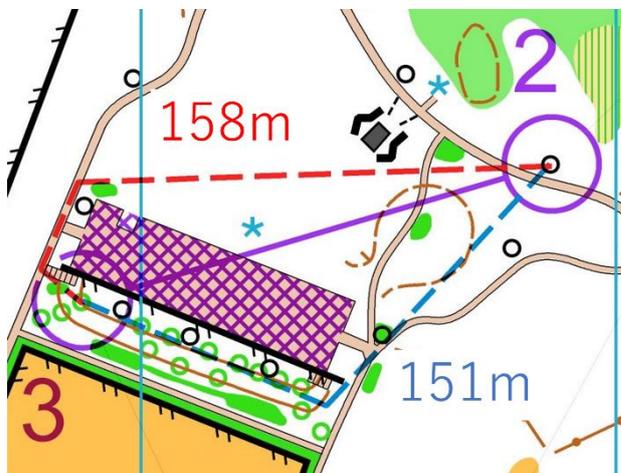
## 2022 都民スポレク大会@野川公園 L クラスコース解説

コース設定者：池田匠（練馬 OLC）

全体的には SI を使ったスプリントなので脱出方向まで考えてのルートチョイスができるか、距離が短いルートを適切に選べるか、しっかりとスピードを出せるか、きちんとデフを見ているかを問うコースを作ったつもりです。

以下簡単にコース解説

2→3



青ルート 151m、赤ルート 158m

距離は 7m しか変わらない。

後半独立樹の多い斜面があまり速くない、かつ後述の 3→4 が青ルートの方が速いため脱出方向も加味すると赤ルート推奨。

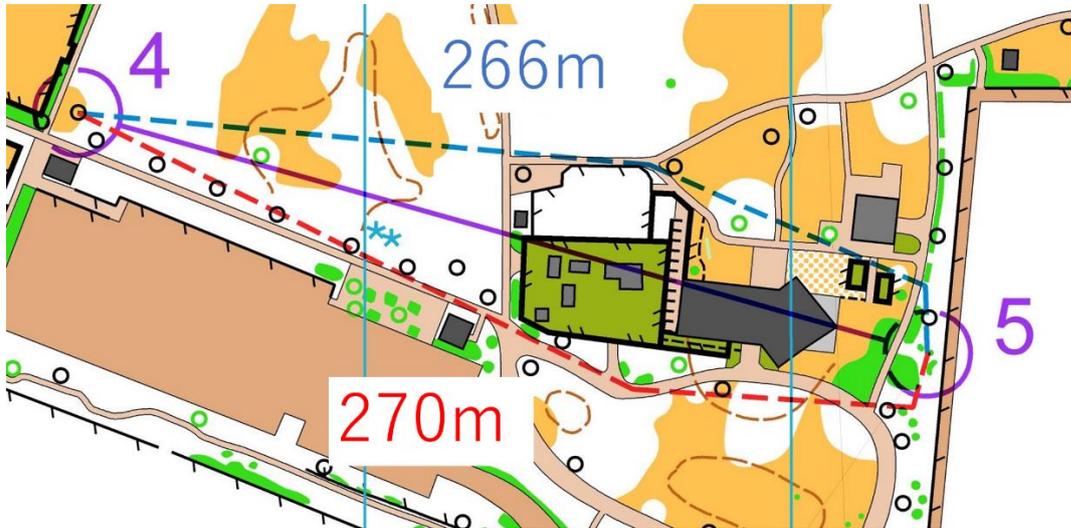
3→4



青ルート 114m、赤ルート 160m

青ルートの方がかなり距離が短いため青ルート一択。

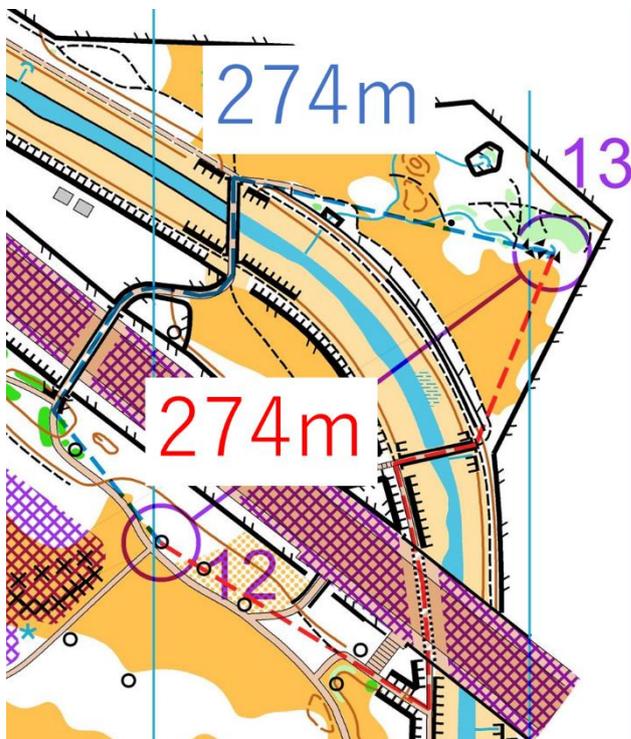
4→5



青ルート 266m、赤ルート 270m

距離はほとんど変わらない。ぱっと見で道のラインが見えるので赤に行きたくなるが脱出方向を考えると青ルート推奨。

12→13

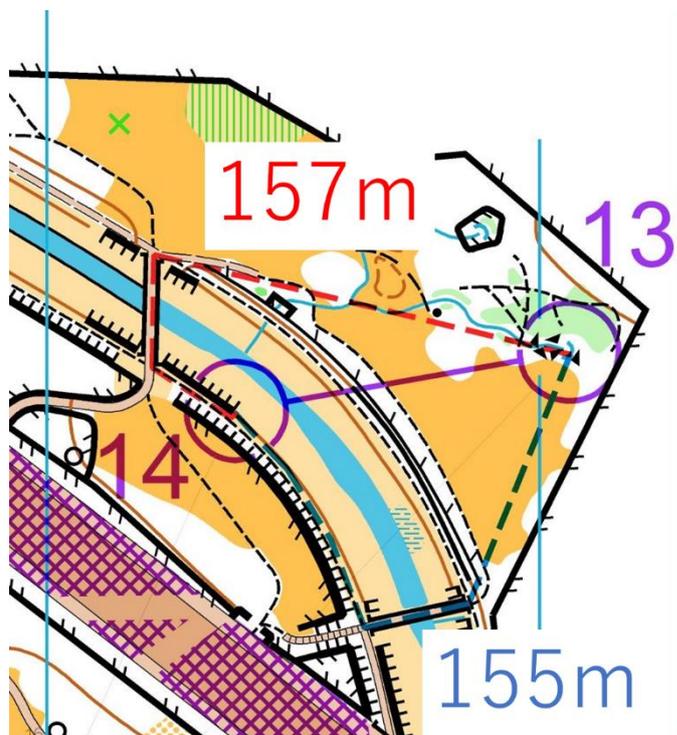


青ルート 274m、赤ルート 274m

どっちが短いんだ…?と迷って時間を使った人は残念でした。距離はどちらも一緒。

アタックは赤ルートの方が簡単。

13→14

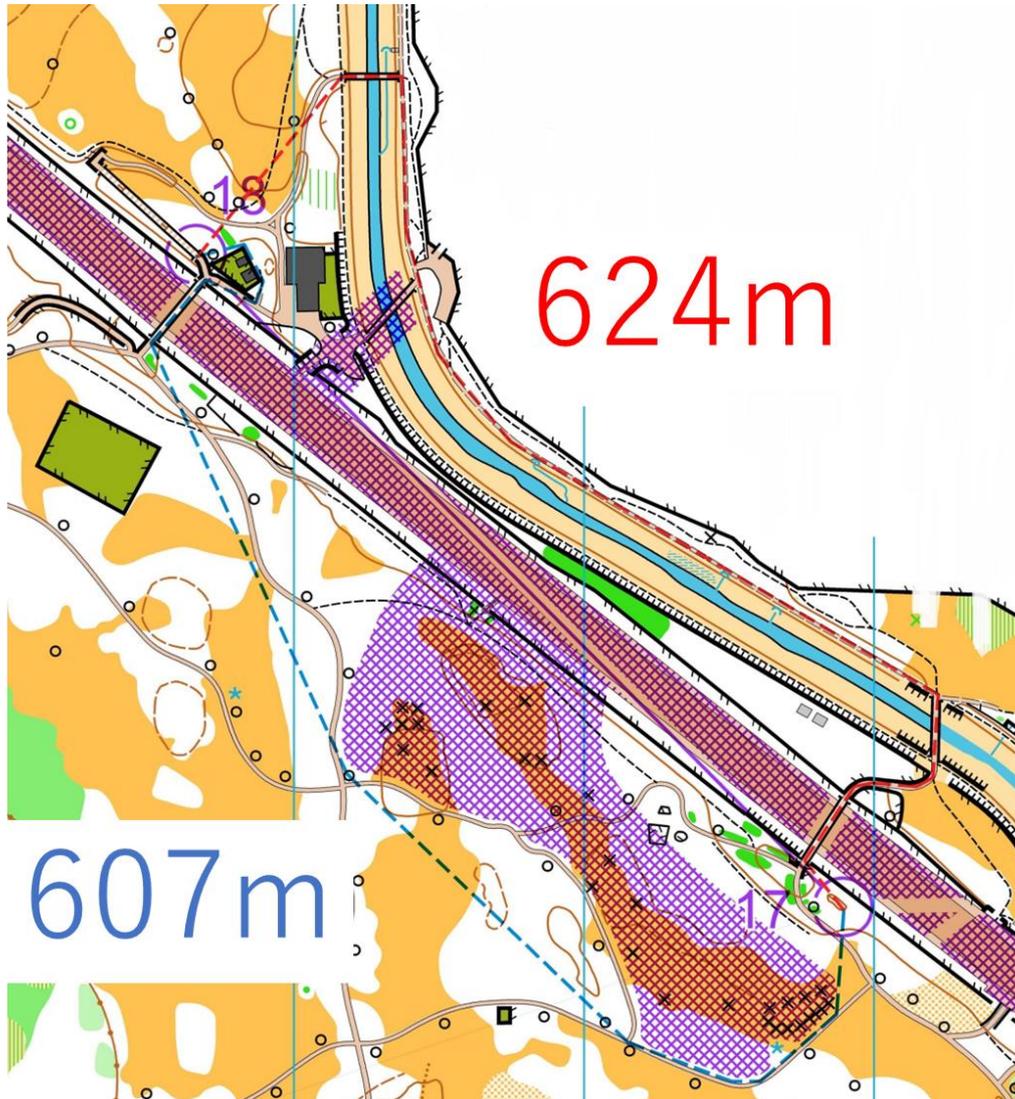


青ルート 155m、赤ルート 157m

距離はほとんど一緒。

14→15 を考えると脱出方向的に青ルート推奨。

17→18



青ルート 607m、赤ルート 624m

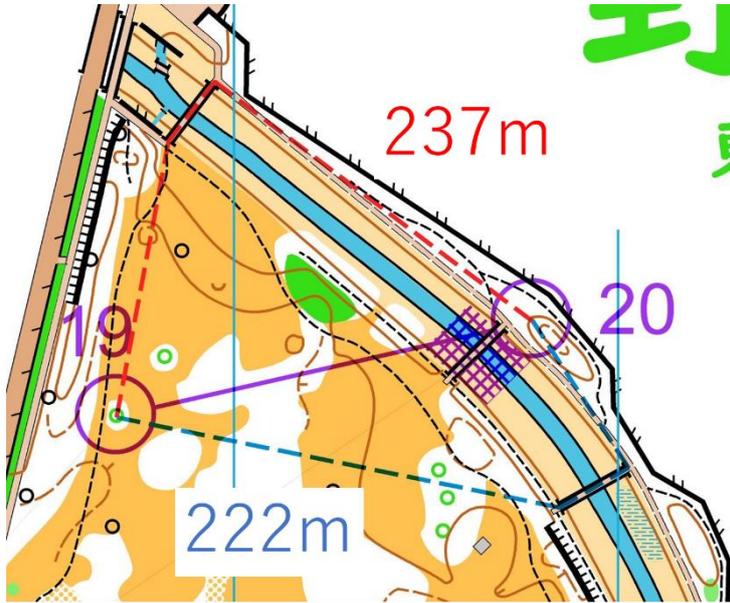
本日の目玉ですね。デフをきちんと見ましょう。

橋の上にあると勘違いすると、青ルートがめっちゃくちゃ速そうに見える。しかし頑張って走った先にはポストがない…。ここで絶望した人が多ければ多いほどうれしいです。

こんな意地の悪い引っかけをしたのは、今後意図的でなくても競技者が勘違いするようなレッグに出会ったときに今日のことを思い出して未来のミスを防ぐためです。他意はありません。

青ルートの方が距離は短いきちんとコンパスを見て方向維持する必要があり、難易度が高い。赤ルートはナビゲーション負荷はかなり低いので先読みがしやすい。青ルートの方が速くあってほしい。

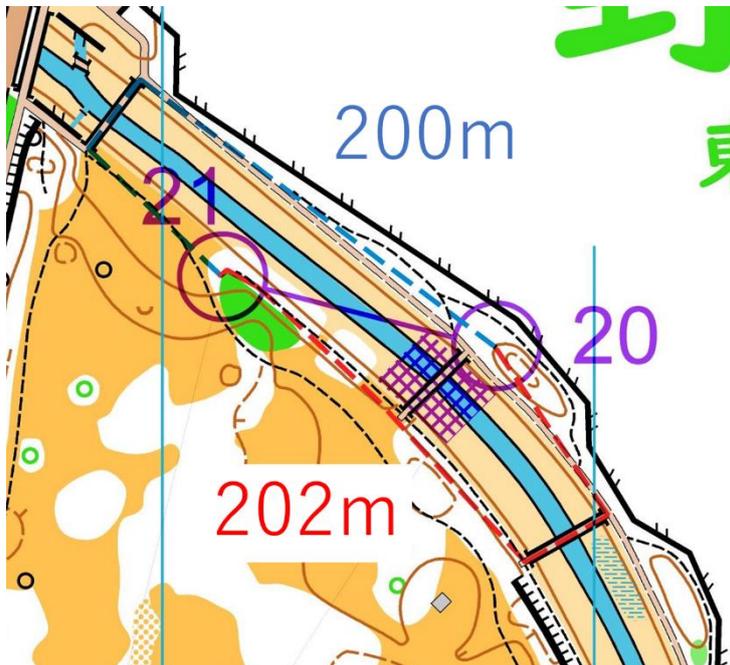
19→20



五  
東

青ルート 222m、赤ルート 237m  
青ルートの方が距離が短いため青ル  
ート推奨。

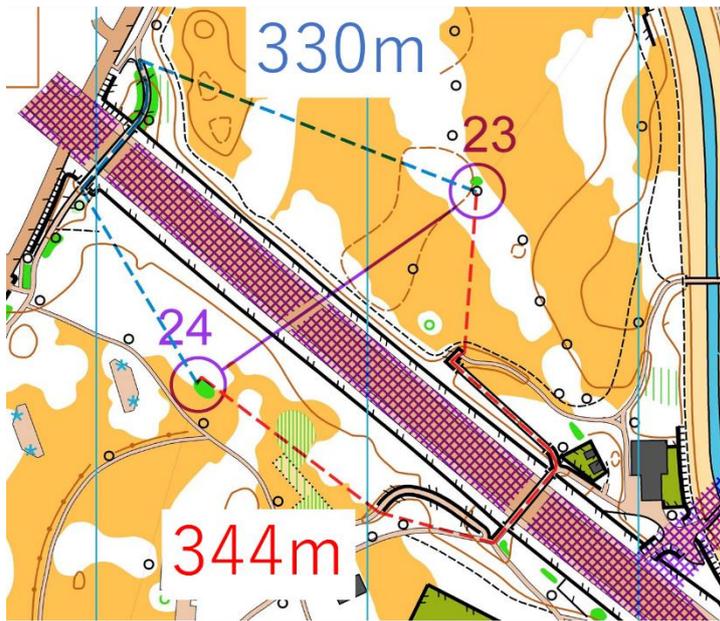
20→21



五  
東

青ルート 200m、赤ルート 202m  
距離はほとんど一緒。  
19→20 のアタック方向にそのまま走  
り抜けるルートがよい。

23→24



青ルート 330m、赤ルート 344m  
ぱっと見赤ルートが先に見えると思う。  
出戻りになるが距離が 14m 短いため  
青ルート推奨。