

# Orienteering & TOKYO

## 第30回都民スポレクふれあい大会 オリエンテーリング大会 関東パークOツアー2018 in 新宿中央公園・都庁 プログラム

### 1. 大会日時・会場

日時：2018年（平成30年）**10月21日**（日）雨天決行・荒天中止

会場：エコギャラリー新宿（新宿中央公園内）

主催：東京都、（一社）東京都レクリエーション協会

主管：東京都オリエンテーリング協会

### 2. 大会役員

大会責任者・運営責任者：新田見俊宣（東京都オリエンテーリング協会）

競技責任者・コース設定者：青木 俊之（練馬オリエンテーリングクラブ）

### 3. 交通

①徒歩：JR 新宿駅西口より約 15 分

②都バス：宿 32【佼成会聖堂普門館前】行き「十二社池の下」より徒歩 1 分  
宿 33【永福町】行き「十二社池の下」より徒歩 1 分

③都営地下鉄大江戸線 「西新宿五丁目」駅下車徒歩 5 分  
「都庁前」駅下車（E4 出口利用）徒歩 10 分

「都庁前」駅では必ず E4 出口を利用してください。その他の出口の多くはエレイン内に出てしまいます。E4 出口へは、改札を出た後、まず A7 出口の表示に従って進んでください。その後、通路を右折してエスカレーターを昇り、「丸の内線西新宿駅方面」という案内に従って地下道を進んで行くと、E4 出口まで地下で移動できます。ただし、かなりわかりにくいので、都営地下鉄大江戸線は、「西新宿五丁目」駅利用を推奨します。

④東京メトロ丸ノ内線 「西新宿」駅下車徒歩 10 分

公園には駐車場はありません。周辺のコインパーキング等をご利用ください。

集合場所 エコギャラリー新宿（新宿中央公園内）

※来場時には新宿中央公園および都庁を含む下図斜線内には立ち入らず、右下図の指定ルートでお越しください。（他の方面から来られる場合も公園の入り口は右下図と同じでお願いします）



## 4. 競技上のお願い

今回特別に東京都に許可を得てオリエンテーリングの競技場所として利用できています。大会当日には東京都庁、新宿中央公園にも大勢の一般来場者がいることが見込まれます。ボランティアの方々の協力も得て安全確保に万全を期してはおりますが、参加者の方々もくれぐれも他の来場者に気を配って競技を行っていただくことをお願いいたします。タイムを競う競技ではありますが、以下の点を特に配慮してください。

- ・ 周囲に他の人がいないかを意識しながら走る。
- ・ 一般来場者のすぐ近くを猛スピードで走りぬけたりしない。
- ・ 他の人とぶつかる可能性がある場合には必ずスピードを落とす。

残念ながら今回すべての希望者に参加の機会を用意できなかったこともあり、今回が都庁・新宿中央公園での最初で最後の利用にならないよう切に願っております。よろしくご協力をお願いします。

## 5. タイムテーブル

- 10:20 開場・受付開始
- 10:50 トップスタート
- 13:30 受付終了
- 14:20 スタート閉鎖
- 15:20 フィニッシュ閉鎖
- 16:00 会場閉鎖

## 6. 会場案内

### (1) 本部・受付

エコギャラリー新宿前のテントが本部・受付になっています。



### (2) 更衣所・荷物置き場

エコギャラリー新宿2階の展示室をご利用ください。2階の研修室は女子更衣室として用意します。貴重品以外の荷物は展示室・研修室に置いておくことが可能です。参加者が非常に多いので譲り合ってください。

### (3) トイレ

エコギャラリー新宿のトイレが1階と2階にあるのでご利用ください。公園内のトイレは公園の指定進入口からエコギャラリー新宿の途中にあるトイレのみ利用可能です。

### (4) 計算センター

エコギャラリー新宿2階内に計算センターを設置します。

## 7. テレイン情報

新宿副都心は、戦後に淀橋浄水場跡地を再開発して作られました。今回のテレインは、新宿中央公園と東京都庁という2つのエリアに分かれており、その間はいくつかの横断歩道橋で結ばれています。新宿中央公園はそれほど広くはないものの、園路が複雑に入り組み、また一部に芝生広場や高低差があるエリアも見られます。都庁およびその周辺では、東西方向と南北方向の道路が立体的に交差しているため、上下階層を移動するための階段が多くあり、また地下通路が発達しています。

今回のLクラスは、多くのレッグで用意されている複数の選択肢からルートを瞬時に選ぶ能力、フロアマップ（競技情報を参照）を補助としてテレインを立体的に把握する能力、階段の登り下りに耐えられる体力などが求められるコースになっています。また、Sクラスは比較的シンプルなコースになっています。

なお、都庁エリアで大会を実施するのは困難を極めました。東京都庁関係者の皆さま、スポレク関係者の皆さまの大変なご尽力のもとで、なんとか開催できています。テレイン内には、外国人観光客、公園を散策する人、ポケモンGoのゲーマーさんなど多くの人がいるため、絶対にぶつからないように、適宜スピードをコントロールしてください。（文責 地図作成責任者・コース設定者 青木）

## 8. 競技情報

### (1) 競技形式

ポイント競技、スプリント競技(1秒単位計時)

### (2) 計時システム

SPORTident 社製パンチングシステム使用タッチフリー方式。

SIAC (タッチフリー方式SIカード) はすべてレンタルでの提供です。自身のSIカードは利用できません。

使い方の詳細を本プログラムの最後に記載してありますので御覧ください。

また、SIACを競技中に破損・紛失された場合には実費9,000円をいただきますので紛失しないようご注意ください。

体験コースは地図にシールを貼る方式です。

### (3) 使用地図

「新宿中央公園・都庁」ニューマップ (一部フロアマップ併用)

JSSOM2007 準拠

縮尺 1:4,000 等高線間隔 2m 走行可能度 4段階表示 地図サイズ A4 横

オンデマンド印刷

防水仕様 チャック式ポリエチレン袋封入済

コントロール位置説明 JSCD2008 表記

地図作成責任者 青木俊之 (練馬オリエンテーリングクラブ)

### (4) 公式掲示板

更衣室に公式掲示板を設置します。必ずご覧ください。

### (5) 服装・靴

金属スパイクの使用は禁止します。

### (6) 遅刻者について

遅刻者は遅刻枠からの出走になります。スタート係員の指示に従ってください。タイムはスタートリスト記載の正規時刻から計算します。

### (7) 代走について

事前申込者の代走は認めません。

### (8) 競技時間

競技時間は60分です。60分を過ぎた場合は失格となりますので、速やかにフィニッシュを通過してください。

(9) コース距離



クラス	コース距離	優勝設定時間	コントロール位置説明
L	3.5 km	16分	5 cm × 13 cm
S	2.1 km	10分	5 cm × 10 cm
体験	0.9 km		



コース距離は、物理的に通行不能なエリアや立入禁止エリアを迂回した実距離です。

(10) ゴール閉鎖時刻


ゴール閉鎖時刻は 15:20 です。


(11) 競技規則から逸脱する事項

濃い茶色で示した「自動車道」  は、立入禁止の縦ハッチ表示がなくても、横断歩道も含めて通過禁止とします。これは自動車道の下に地下通路が発達している、縦ハッチをかけると、判読性がかなり落ちるためです。薄い茶色で示した「歩道」  は通過可能ですが、立入禁止の縦ハッチ表示がある場合は、歩道であっても立入禁止です。

「建物の支柱」  をコントロール位置として使用しています。そのコントロールの位置説明記号は、「記念碑・彫像」の記号  で代用しています。

(12) 注意すべき記号や特殊記号など

 立入禁止


 工事箇所 (立入禁止)

× 水飲み場

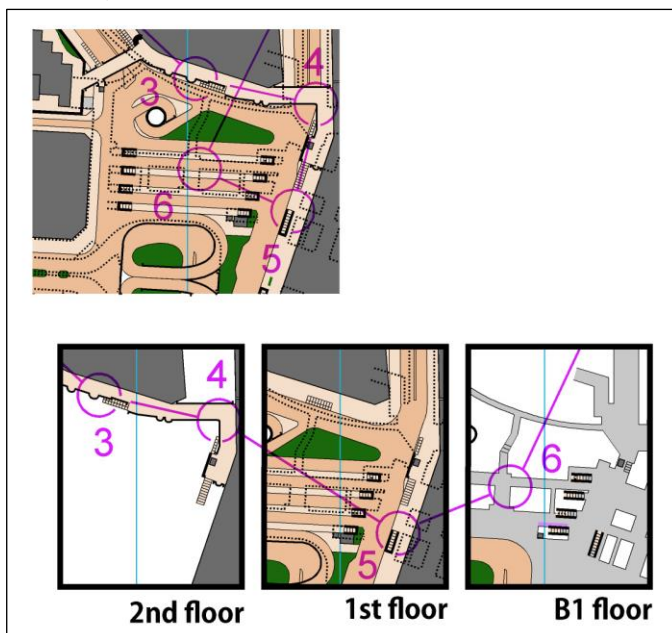
× 人工特徴物 (彫刻、スピーカーなど)

なお、地図の判読性を上げるため、ベンチおよび街灯は地図に表記していません。

(13) フロアマップについて

今回のテレインでは地下通路が複雑に広がっており、「地下通路またはトンネル」の記号  だけでは、そのイメージを正しく伝えることが困難です。また3階層にわたってコースが設定されていることもあり、コース上の一部区間でフロアマップを併用しています。

フロアマップのサンプル





このサンプルでは説明のため、実際の現地とは違う表現にしている箇所が多くあります。

階段は、またがる両フロアに描いています。たとえば、1階と2階をつなぐ階段であれば、1階のフロアマップと2階のフロアマップの両方に描いています。

地図を折り曲げて持つと、ちょうどフロアマップが裏側に来てしまい、フロアマップに気が付かないケースがありますので、注意してください。

#### (14) その他の注意事項

- ・ 渉外上の理由などにより、SIステーションが吊り下げ式になっているコントロールがあります。
- ・ 都庁エリアで、ルート上にチェーンが張られている箇所があります。脇をすり抜けるか、すり抜けることができない場所は、注意してまいってください。
- ・ 地図上の濃いグリーンはそのほとんどが、「通行困難な植生」（いわゆる D ヤブ）ではなく、「通過不能な植生」（通過禁止）です。濃いグリーンを通過すると失格となります。
- ・ 現地で植え込みが少し切れている場合でも、地図上では連続する通過不能な植生として表記されている場合がありますが、地図に従って通過禁止とします。目立つところはテープを貼ってありますが、テープがなくても地図表記に従ってください。
- ・ 階段とエスカレーターが並んで設置されている箇所がありますが、エスカレーターは通行禁止とします。階段を利用してください。
- ・ レッグ線が複雑に入り組んでいるので、番号飛ばしなどに注意してください。

## 9. 競技の流れ

### (1) 事前申込受付

事前申込の方は受付する必要はありませんのでエコギャラリー新宿内の更衣室にて自身のSIカードとゼッケンを各自ピックアップしてください。ゼッケンは全員共通ですので1枚持って行ってください。ゼッケンを止める**安全ピンは各自ご用意ください**。

### (2) 当日申込受付(Sクラス) 10:20-13:30

当日申込者は、エコギャラリー新宿の前のテントにお越しください。申込書をお渡ししますので必要事項を記入して提出し参加費(一般700円、小学生600円)をお支払いください。受付時にスタート時刻を指定いたします。地図が足りなくなった場合には参加できない場合があります。参加者にはSIカードとゼッケンをお渡しします。ゼッケンを止める**安全ピンは各自ご用意ください**。Lクラスは当日申込を受け付けておりません。

### (3) 体験コース受付 12:00-13:30

体験コース申込者はエコギャラリー新宿の前のテントにお越しください。申込書をお渡ししますので必要事項を記入して提出してください。体験コースは無料です。コンパスの貸出を希望される方は申し出てください。万一紛失・破損された場合には実費(2,000円)を負担していただきます。返却もこちらをお願いします。初めてオリエンテーリングする方には、簡単なオリエンテーリングの説明をいたします。体験コースの通過チェックにはシールを使用します。ゴール後に記録証と参加賞を差し上げます。

### (4) ウォーミングアップエリア

交通案内で示した「都庁前駅 E4 出口」または「西新宿五丁目駅」からのルート上となる新宿中央公園北側の歩道を利用してください。

### (5) スタート(L・Sクラス) 10:50-14:20

スタートは会場のエコギャラリー新宿の前です。スタート時刻が30秒刻みのため3分前枠、2分30秒前枠、2分前枠、1分30秒前枠、1分前枠、30秒前枠があります3分前になったら**SIACのクリアとチェックを必ず行った上で**3分前枠にお入りください。2分前枠でコントロール位置説明表を配布します。Lクラス、Sクラスではスタート時刻になったら地図をピックアップしてそのまま競技を開始してください。パンチングスタートではありません。

### (6) フィニッシュ 15:20 閉鎖

最終コントロールからフィニッシュまでのテープ誘導はありません。パンチングフィニッシュです。フィニッシュエリアのステーションに、SIACが反応した時間がフィニッシュ時刻となります。フィニッシュエリアは会場に隣接しています。

フィニッシュ後、計算センターでSIACの読み取りを行ってください。レンタルSIACを回収します。地図回収はいたしません。出走前の選手に地図を見せたり情報を提供した場合には、双方とも失格といたしますのでご注意ください。フィニッシュ後、別コースに出走することは可能ですが、2本目は参考記録になります。2本目を走る方はそのままSIACをお持ちください。

フィニッシュ閉鎖は15:20です。閉鎖時刻までには競技を終了し、フィニッシュを通過してください。また、競技途中で棄権なさる場合も、必ずフィニッシュを通過してください。

会場に飲み物がありますので各自1本受け取ってください。

#### (7) 成績速報

成績速報は展示室と受付テント奥で行います。また、LapCenterにてライブ速報を行う予定です。

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

#### (8) 表彰

L・Sクラスの各3位まで後日表彰状を郵送します。(当日申込者も対象とします)

体験コースは表彰の対象となりません。記録証を差し上げます。

#### (9) 成績

成績は、一両日中にウェブ上で公開いたします。

#### 大会中止の場合の広報

東京都オリエンテーリング協会のホームページ (<http://orientokyo.jimdo.com/>) に掲載します。

問合せ ・ 東京都オリエンテーリング協会

新田見俊宣 090-8948-6278 toa.sporec@gmail.com

※なるべくEメールでお願いします。



#### 注意事項

※スポーツ傷害保険 主催者でスポーツ傷害保険に加入しますが、保障内容が十分とはいえませんので、各自での対応を推奨します。

※参加者が自分自身あるいは第三者に与えた事故・損害等について、主催者は一切責任を負いません。

※自分で出したゴミは必ずお持ち帰りください。

## タッチフリーのSIを使う競技者へ

カードはタッチフリー専用のカード（SIAC）を使用しますが、コントロールステーションは従来と同じ穴の開いたステーションを使用します。

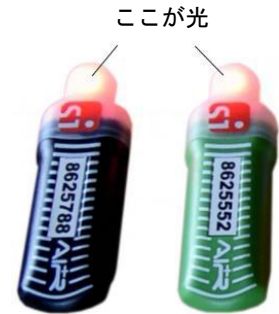
### [パンチ方法]

タッチフリーではSIACをステーションから50cm以内に近づければパンチが完了し、SIACが光と音を約3秒間発生します。通常の穴差しパンチの場合にはステーションが光と音を出すので、この点が大きく異なります。パンチしたときは必ず自分のSIACの音か光を確認してください。

何人かで同時にパンチしたときは、音が聞こえても、他人のパンチの音の場合もあるので、**自分のSIACの光を確認するのが最も確実**です。なお通常パンチと異なり、人の後ろからでも近づいて手を伸ばせばステーションは十分反応します。

### [スタート前に]

SIACは電池を内蔵しています。その電池の電圧が低下すると、正常な動作ができません。レンタルSIACの場合は主催者が事前に電池のチェックを行いますが、マイSIACの場合には主催者が用意するBattery testユニット（右図）でチェックを行ってください。OKが表示されれば競技に使用できます。



### [SIACの電源ON/OFF]

SIACは内蔵の電池の消耗を防ぐために保管状態では電池OFFになっています。**タッチフリーはON状態でしか動作しません。**SIACはクリア後の**チェックでON状態**になり、**フィニッシュでOFF**に戻るので、通常のルーチンを守っていれば特に問題はありせん。ON状態では、SIAC先端にある非常に小さな緑色のLEDが10秒に1回光るので確認してください。

**競技途中でフィニッシュの近くは絶対に通らないでください。**SIACをいったんOFF状態にしてしまうと、それ以降タッチフリーステーションは一切反応しなくなります。ただしこの場合でも穴のあるステーションの場合は、穴に差し込めばタッチフリーではない従来の使用モードでパンチができます。

### [フィニッシュ]

フィニッシュは、コントロールと同様のステーションを用いたパンチングフィニッシュと、2つの大型ステーション間を通過するだけで良いゲート型フィニッシュの2種類がある。後者の場合は単純にそのゲートを走り抜ければフィニッシュできます。

### [SIACとGPS時計]

GPS 時計のアンテナが SIAC の感度を大きく低下させるので、SIAC と GPS 時計は同じ腕に取り付けられないでください。下記の写真はアームベルトを使った例ですが、指でも同じです。

