



創立 50 周年

第 20 回 東京 OL クラブ

ベテランズ大会 プログラム

主催 東京オリエンテーリングクラブ
後援 東京都オリエンテーリング協会

東京 OL クラブ ベテランズ大会も今年で 20 回目となりました。少人数ですが、クラブ員一同、コロナに負けず皆様に楽しんでいただけるよう、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

参加者の皆様へ（新型コロナウイルス感染防止のため皆様に守って頂きたいこと）

- ・以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください。
 - ア 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）
 - イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ウ 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
- ・マスクを持参してください。（参加受付時や着替え時等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用してください。）
- ・アルコール等による手指消毒を実施してください。
- ・他の参加者、主催者スタッフ等との距離（できるだけ 2m を目安に（最低 1m））を確保してください。
- ・イベント中に大きな声で会話、応援等をしないでください。
- ・感染防止のために主催者が決めたその他の措置の遵守、主催者の指示に従ってください。
- ・イベント終了後 2 週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告してください。

開催日 : 2022年12月11日（日） 雨天決行、荒天中止

当日の開催に関する問い合わせ（6:00～9:00）090-6547-2791(天明英之)
ホームページ <https://tokyo-olclub.blogspot.com/p/20thveterans.html>

会場 : 青梅市花木園第2駐車場（青梅市小曾木2丁目）
青梅市小曾木 2-819-1



◆電車・バスの場合

都営バス・西武バス 小曾木診療所下車 花木園第2駐車場まで徒歩15分

小曾木診療所下車。小曾木街道を東に歩き、花木園入口の看板で南に折れ、川を渡り、南に行くと左側に花木園第3駐車場、坂を上っていくと右側に花木園。峠を越えて坂を下っていくと、花木園第2駐車場（会場）に到着します。徒歩15分。上の地図を参考にして会場までお越しください。

◇東青梅駅（JR青梅線）よりバス利用の場合

東青梅駅前（南口） 都営バス 成木循環（トンネル回り） 280円

東青梅駅（南口）発	8:16	9:15	10:06
東青梅駅北口 発	8:20	9:19	10:10
小曾木診療所 着	8:49	9:49	10:40

都営バスの東青梅駅北口停留所は青梅街道沿いです。

東青梅 西武バス 飯能駅南口行 280円

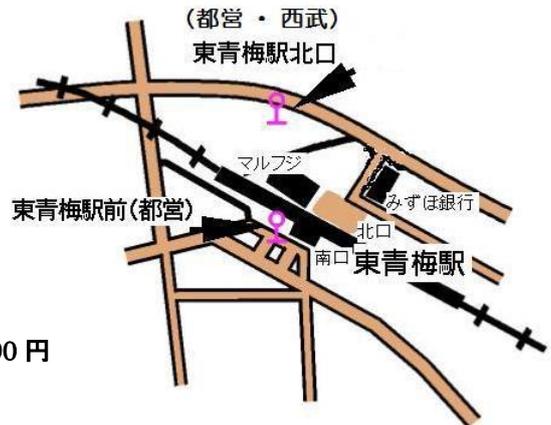
東青梅（北口）発	9:27	11:02
小曾木診療所 着	9:37	11:12

西武バスの東青梅（北口）停留所は青梅街道沿いです。

◇飯能駅（西武鉄道）よりバス利用の場合

飯能駅南口 西武バス 東青梅駅行・河辺駅南口行 290円

飯能駅南口 発	8:45	10:15
小曾木診療所 着	9:01	10:31



帰りのバス時刻表 小曾木診療所より

東青梅駅行き	西武バス	12:11	14:01			
東青梅駅經由青梅車庫前行き	都営バス	11:34	ウ12:31 13:41	カ14:22	15:31	ウ16:39
	ウ裏宿町行き	カ河辺駅北口行き				
飯能駅南口行き	西武バス	11:12	13:00	14:44		

◆車の場合

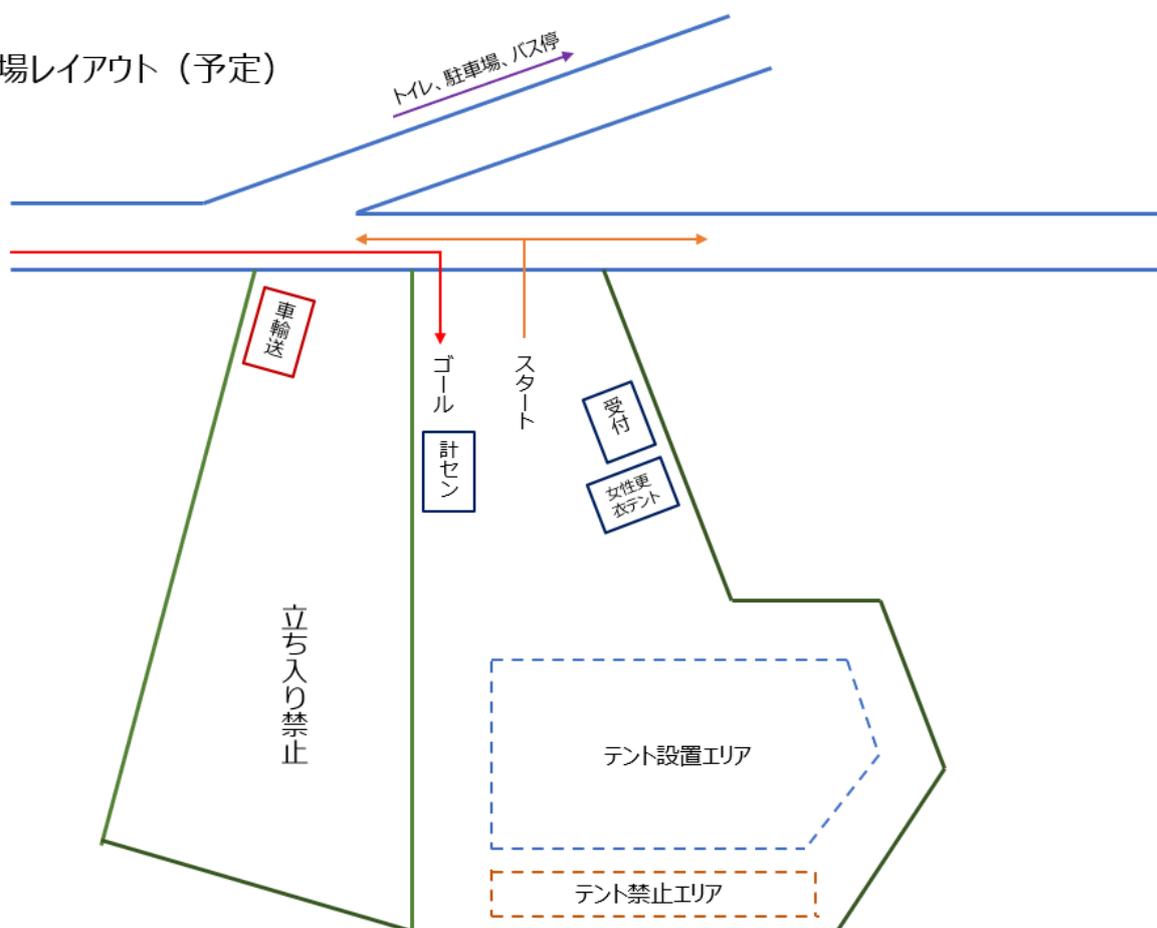
花木園第3駐車場（小曾木 4-2605-3）（無料）を利用してください。8:30 から利用可能です。小曾木街道の花木園入口の看板を目印に花木園の方向に曲がり、川を渡ったらすぐです。駐車場に車を停めていただき、会場までは徒歩約10分です。前頁の地図を参考にして会場までお越し下さい。
花木園前の花木園第1駐車場は一般の方が利用しますので、絶対に停めないでください。路上駐車は絶対にやめてください。
同乗者の会場への送迎は会場への道が狭いため禁止します。

会場案内

◆開場時刻 9:00

- ▽会場は花木園第2駐車場です。
- ▽会場は野外ですので、防寒対策、雨対策をしっかり行ってください。
- ▽女性の更衣はテントを準備しますのでそこで行ってください。
- ▽トイレは花木園のトイレを使用してください。
- ▽テント等を立てることはできますが、南側の農園近くには立てないでください。
- ▽ゴミは必ず持ち帰りましょう。会場にゴミ箱はありません。
- ▽公式掲示板で競技に関する情報を公開します。必ずご確認ください。
- ▽会場に水道はありません。

会場レイアウト（予定）



競 技

◆競技形式

ポイント OL （コントロール通過証明に電子パンチシステム（Eカード）を使用）

◆地図

「笹仁田峠」Edition2022（東京 OL クラブ作成） JSOM2007 準拠

縮尺 1:7500 等高線間隔 5m （全クラス縮尺は 1:7500 です。）

以下の特殊記号を使用しております。

×（黒）：石仏、ほこら、記念碑、防火用水タンク ○（黒）：炭焼きがま跡

当日は旧版の「笹仁田峠」および当該エリアを含む O-Map の持込を禁止します。

◆クラス

クラス	距離(km)	登距離(m)	クラス	距離(km)	登距離(m)	クラス	距離(km)	登距離(m)
M50E	4.2	350	W50E	3.2	220	AL	4.0	360
M60E	3.8	270	W60E	3.0	130	AM	3.5	270
M50A	3.3	250	W50A	2.7	120	AS	2.7	190
M55A	3.3	250	W60A	2.7	120	B	2.9	110
M60A	3.1	190	W70A	2.2	125	N	2.8	55
M65A	3.1	190	W80A	2.2	125			
M70A	2.7	120	W50B	2.9	110			
M75A	2.7	120	W50N	2.8	55			
M80A	2.2	125						
M85A	2.2	125						
M90A	2.2	125						
M50B	2.9	110						
M50N	2.8	55						

距離は直線距離。当日変更になる場合があります。

◆受付

▽事前申込者

* 当日は受付を通る必要はありません。

* 代走は認めません。

* マイ E カードの方は、記名されているバックアップラベルを必ずお取りください。

* E カードをレンタルの方は、指定の E カードをお取りください。

* 欠席者の E カードやバックアップラベルは取らないでください。

* 申し込みに不備のあった方のバックアップラベルまたは E カードは受付にありますので、受付にお越しください。

▽当日申込はありません。

▽初心者説明・コンパス貸し出しをご希望の方は受付にお申し出ください。

◆スタート 10:00~11:30

▽スタート地区が 2 カ所に分かれています。

M80A、M85A、M90A、W70A、W80A の参加者はスタート②です。

スタート②のそばまで車で移動しますので 9:50 までに車輸送のところにお集まりください。また、スタート②からは、会場への防寒着輸送を行います。スタート地区で防寒着を役員が用意する袋に入れてください。回収した防寒着は会場で返却を行います。

それ以外の参加者はスタート①で会場スタートです。

▽E カードおよび記名のバックアップラベルがない方はスタートできません。

▽スタート地区の時計は現在時刻を表示しています。スタート時刻より 3 分前にスタート枠にお入りください。

▽スタート方法

★ 3 分前 E カードのアクティベートを行い、E カードが動作するかどうか確認し、カードが動作しない場合は役員にお申し出ください。予備のカードと交換します。役員による E カ

ードのチェックを受け、所定のスタート枠にお入りください。

- ★2分前 1つ前の枠にお進みください。自分の出場するコントロール位置説明をお取りください。位置説明の大きさは最大 16cm×6cm です。
- ★1分前 さらに1つ前の枠にお進みください。
- ★10秒前 Eカードをユニットにはめ込み、そのままお待ちください。
- ★スタート チャイマーと同時に Eカードをユニットから離し、参加クラスの地図を取ってスタートします。地図のとり間違いには十分ご注意ください。スタートする場所が地図上の△となります。スタート①のクラス（会場スタートのクラス）では、地図上、スタートの△とゴールの◎が重なっておりますのでご注意ください。

▽スタート時刻に遅れた方は、役員の指示を受けてください。遅刻者の競技タイムは正規のスタート時刻から計算します。（スタート閉鎖は 11:30 です。11:30 以降はスタート出来ません。）

◆競技

▽競技上の注意

- * 耕作地、花壇、民家の敷地、立ち入り禁止の場所には絶対に入らないでください。また、苗木なども踏みつけてください。
- * テレイン内には一般のハイカーがいらっしやいます。接触には十分気をつけてください。
- * 交通量の多い道路の通行・横断は十分に注意してください。役員がいる場合は役員の指示に従ってください。
- * 競技を途中棄権する場合にも、必ずゴールを通過してください。
- * テレイン内には主催者の用意する給水所がありますので、水分補給をお願いします。なお、M50B/W50B/B/M50N/W50N/N のクラスでは給水所は通過しません。その他のクラスでも、ルート選択によっては給水所を通過しない場合があります。
- * テレイン内は一部倒木が多く、道も走りにくくなっている所があります。

◆ゴール 競技開始～14:00

▽最終コントロールからゴールまでの誘導はありません。

▽ゴールはパンチングフィニッシュです。

▽会場がゴール地区です。計算センターで読み取りを行います。

▽地図の回収は行いません。スタート前の参加者には地図を見せないようにしてください。

▽日が短いので 14 時を過ぎると森の中は暗くなります。ゴール閉鎖は 14:00 です。競技が終了していなくても 14:00 までに必ずゴールを通過してください。

◆表彰 確定クラスから順次行ないます。

▽ベテランクラスは 3 位まで、一般クラスは男女別 1 位の方を表彰し、賞品を差し上げます。

▽表彰対象者の競技時間は 2 時間 30 分以内とします。

◆成績

▽成績は当日ラップセンターに随時掲載します。また、後日、大会のホームページに掲載します。

◆欠席者の地図

全スタート終了後、地図が戻り次第お渡しします。お渡しは当日限りで、郵送は行いません。

◆地図販売（12:00～）

本大会使用のコース図は 300 円、全コントロール図は 400 円で販売いたします。

◆一般注意事項

▽参加者が自分自身及び第三者に与えた損害に対して、主催者側ではいっさい責任を負いかねますので、十分にご注意ください。

▽レクリエーション傷害保険には主催者側で加入しますが、万一に備えて健康保険証をご持参ください。

▽ゴミは必ず自宅まで持ち帰ってください。現地や駅には絶対に捨てないでください。

▽会場、会場付近、テレイン内での喫煙、火気使用は厳禁です。

▽会場付近には自販機、コンビニ等の店舗はありませんので、昼食、飲料などは予めご用意ください。

▽当日、悪天候で参加者の安全が確保できない場合は大会を中止します。(ホームページへ掲載)この場合、参加費の返金はいりませんのでご了承ください。

▽レンタルEカードを紛失した場合は、実費を支払っていただきます。

▽大会への参加は自分自身の健康状態を十分考え、絶対に無理をしないでください。

◆問合せ

12月10日(土)まで 天明英之 090-6547-2791

メールアドレス hideten@s00.itscom.net (12月9日(金)まで)

12月11日(日) 開催・その他に関する問い合わせ

090-6547-2791(天明英之)

ホームページ <https://tokyo-olclub.blogspot.com/p/20thveterans.html>

東京 OL クラブに入りませんか

特典がいっぱい

年会費 一般：3000円(初年度は無料)、学生(大学院生含む)：無料

クラブOLウェア、Tシャツを進呈します

東京OLクラブチームで指定リレー大会への参加費は無料(クラブが負担)

学生(大学院生含む)は東京OLクラブ名で指定大会へ参加した参加費の一部を補助します

東京OLクラブは東京都OL協会に加盟している地域クラブです。クラブ員は18名。年齢層は40歳代から80歳代までと幅広く、皆、経験豊かでオリエンテーリングを生涯スポーツとして続けています。またロゲイニングで活躍しているメンバーもいます。

クラブの年間行事

ベテランズ大会の運営

サマー合宿

クラブ内大会の東京OLクラブ杯の実施

目的を持った練習会

クラブカップ7人リレー、クラブ対抗リレーへの参加

クラブカップ7人リレー(2021年クラブカップover200 2位)

クラブ対抗リレー(2020年クラブ総合準優勝)

大会の運営、練習会の開催、リレーの参加、大会試走、地図調査等活躍の場面はたくさんあります。若い人の力を求めています。地域クラブに入って、幅広い年齢層の人と楽しくクラブ活動をやってみませんか。

お待ちしております。

連絡先 天明英之(会長) hideten@s00.itscom.net

ホームページ <http://tokyo-olclub.blogspot.jp/>