



## JOAスキーオリエンテーリング合宿 in飯豊 プログラム 2.0

**2023年1月21日(土)・22日(日) 山形県飯豊町 白川ダム湖岸公園**

**受付・集合場所 白川温泉いいで白川荘**

### 1月21日(土)

- 9:00~10:00 受付  
10:00 現地集合  
10:00~11:00 ウォーミングアップ  
11:00~12:00 スプリントレース  
12:00 昼食・休憩  
13:00~16:00 サーキットトレーニング (ナビゲーションメインのコースを4本程度)・リロケート  
17:30~18:30 夕食  
18:45~21:30 Life8 岩渕さんのワックスデモンストレーション・堀江さんと武石さんのお話  
スプリントレースの振り返り・JWSOC 認定状手交式・ラトビアシリーズ打合せ  
※選手との個別ミーティングは合宿中随時

### 1月22日(日)

- 6:30~7:30 朝食  
9:00~10:30 レース  
10:30~12:00 レースの振り返り・トレーニング (コリドアを予定)  
12:00 現地解散・午後自由練習 (サーキットトレーニング)

主催 公益社団法人日本オリエンテーリング協会スキーO委員会

協力 いいでカヌークラブ 白川温泉いいで白川荘 サン・スーシ

協賛 (株) アークコミュニケーションズ かなめ測量(株) (株) ニチレイ



プログラム v2.0 1月18日発行

- ・スプリントレースは土曜日午前に設定しました。
- ・トレーニングメニューについて追記しました。
- ・キャンセル料金を記載しました。

最新の情報は以下にてご確認ください。

<https://japan-o-entry.com/event/view/1157>



**会場** 山形県飯豊町 白川ダム湖岸公園

**宿泊** 白川温泉いいで白川荘

〒999-0424 山形県西置賜郡飯豊町数馬 218-1

TEL0238-77-2124 <https://shirakawasou.com/>

当日までのお問い合わせはこちらで受け付けています。担当：高島  
skio-iide●memoad.jp(●→@)



## アクセス

現地集合・現地解散です。現地までの交通手段は各自で確保をお願いします。

会場までの公共交通機関が不便なため、乗り合わせ等のご協力もお願いします。

### ●自家用車の場合

東北中央自動車道「米沢北 IC」より約 40 分

### ●公共交通機関の場合

山形新幹線米沢駅より白川荘の送迎車があります。送迎を希望された方は、遅れないように集合してください。また当日予定通り来られなくなった場合などは連絡をお願いします。

行き：山形新幹線つばさ 123 号 7:12 東京駅発 9:23 米沢駅着

会場行送迎車は 9:30 頃の発車です。

帰り：米沢駅行送迎車は 15:45 頃の発車です。

山形新幹線つばさ 150 号 16:38 米沢駅発 18:48 東京駅着

## 持ち物について

- ・昼食はありませんが、食堂が営業しており利用可能です。会場周辺にコンビニ等はありません。
- ・全国旅行支援の割引が適用になりますので、コロナワクチン接種済みの方は 3 回以上の接種証明書と身分証明書をご持参ください。

## 事前に荷物を発送される方へ

白川荘は宿泊客がいない場合営業していないため、1/20（金）指定でお送りください。

白川温泉いいで白川荘 〒999-0424 山形県西置賜郡飯豊町数馬 218-1

## 受付・会場について

受付を土曜日 9:00~10:00 に白川荘会議室にて行います。スプリントレースで使用する SIAC とマップホルダーをレンタルされた方にはお渡しします。

部屋には到着後すぐ入れますので、着替えや荷物を置くことができます。部屋割りは当日掲示しておきます。白川荘の会議室にも荷物を置くことは可能です。

## ワックスルーム

ワックスルームを白川荘の会議室に設置します。

ワックスやバイス等運営側で用意しますが、各自のものを使用して構いません。

今シーズンから、すべてのフッ素系ワックスの使用を禁止しています。

[https://www.orienteering.or.jp/archives/fluor\\_ban\\_dedaration/](https://www.orienteering.or.jp/archives/fluor_ban_dedaration/)

## 土曜日スプリントレースについて

今回の合宿の最初に、スプリントレースを行います。初見のトレインで行うレースは、初めての環境に対応する良い機会となると思います。

計測はSIACを使用します。全員分レンタルを用意しますが、My SIACを使用したい方はお申し出ください。レース後の午前中は各自でコースをまわり、振り返りをしてください。

〈クラス M・W コースは男女共通となります ウイニング 12-15 分を想定しています〉

## 日曜日レースについて

土曜日のトレーニングを生かし、実力を確認できるレースを行います。スプリントより距離は少し長めに設定し、ナビゲーションもレベルアップさせたものにする予定です。

## 夜の部のご紹介

土曜日の夕食後に、会議室で行います。

- Life8の岩淵貴光さんに、フッ素フリーワックスのデモンストレーションをしていただきます。
- 堀江守弘さん武石雄市さんと語らう会を計画しています。日本のスキーOの歴史やこれから海外へ行く代表選手に向けてのアドバイスをお話しいただく予定です。

## プロフィール

### 堀江守弘



堀江さんには今回の合宿とトレインをプロデュースしていただきました。

スキーO元日本代表選手

- ・スウェーデンへ留学
- ・スキーO全日本大会9連覇
- ・スキーO日本代表10年以上！

現在は山形県飯豊町でいいでカヌークラブでアクティビティガイドとして活躍中

### 武石雄市



[http://www.orienteering.com/event\\_report/2013/0301/](http://www.orienteering.com/event_report/2013/0301/)

1990年代に日本で初めて競技スキーオリエンテーリングを山形蔵王坊平で開催

以降選手として、主催者として、監督として活躍、日本のスキーO界を牽引

- ・平成26年JOAより表彰

## その他

- ・健康については各自で責任をもって管理してください。競技中の怪我に備えて健康保険証の持参を推奨します。
- ・参加者が自身あるいは第三者に与えた損傷・損害・損失等について主催者並びに施設管理者は一切責任を持ちません。
- ・申し込み時に記載された個人情報は、記録発表、公式ホームページ、イベント運営、必要な連絡等に利用します。また、イベントの映像・写真・記事・個人記録等は、宣伝等の目的で利用することがあります。
- ・気象条件や社会情勢により、イベントを中止・中断する場合があります。

スプリントレース・ミニレースの記録は「Lap center」に掲載します。

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



## 主催者より

(1/18 記載) 現在合宿当日に、今期最強の寒波と予報されています。安全を優先しお気をつけてお越しください。もしもキャンセルされる場合は、申し訳ありませんが宿泊費をキャンセル料金とさせていただきます。宿泊の白川荘のキャンセル条件を記載します。

- ・ 2日前 (木曜) まで 0%
- ・ 1日前 (金曜) まで 50%
- ・ 当日 100% (1泊 10500円)

今回の強化合宿は、この後開催されるラトビアのJWSOC・ノルウェーのWMSOC直前のトレーニング機会として企画しました。スキーO元日本代表の堀江さんがトレインをプロデュースしてくださり、新トレインとして開催できることになりました。世界大会では、初めてのトレインで競技することになるので、新トレインでのトレーニングはその練習に最適です。

また、サーキットトレーニングを行います。ナビゲーション・スキー技術ともに各自の弱いところが補強できるよう活用してください。

海外遠征をされる皆さん、それぞれの目標に向かって全力を尽くして頑張ってきてください。そして海外での生活もレースも楽しんできてください！

## 大会のお知らせ

### ●World Cup オーストリア ラムソウ

<https://wsoc2024.ski-o.at/wcup2023/welcome-2/>

1/7-11に開催されました。結果をご覧ください。

この会場では来年WSOC・JWSOCが開催されます！

### ●JWSOC ラトビア マドナ



<https://esoc2023.lv/>

### ●World Cup・WMSOC ノルウェー バイトストーレン

World Cup & World Masters Ski Orienteering  
9.-12. februar 2023

<http://www.orientering.no/wmsoc-2023/>



Lillehammer OL and Kjedemirna Ski Orienteering Club is partnered with the Norwegian Orienteering Federation and is proud to be the Ski Orienteering World Cup 2023 and World Masters Ski Orienteering Championships 2023.

両大会ともブリテンが発行されています。事前によく読み理解しておきましょう！