

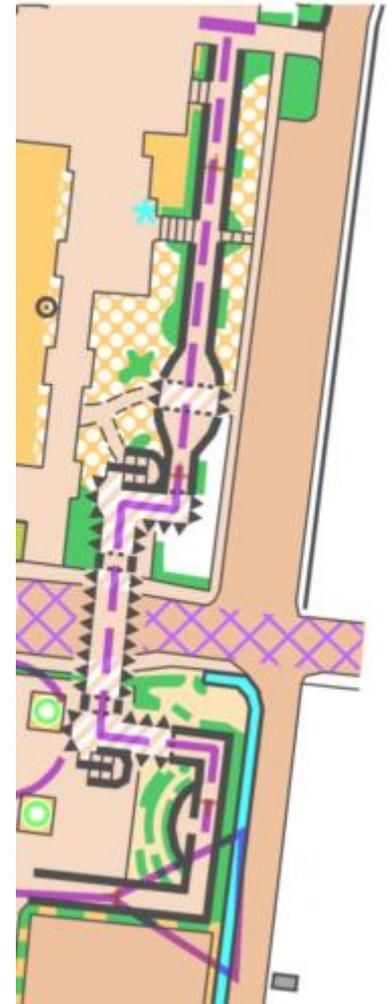
2023年7月8日

# 関西・東海 スプリントセレ2023 コース解説

コースプランナー  
阪大2019年入学 谷口瞬生

# スタート誘導

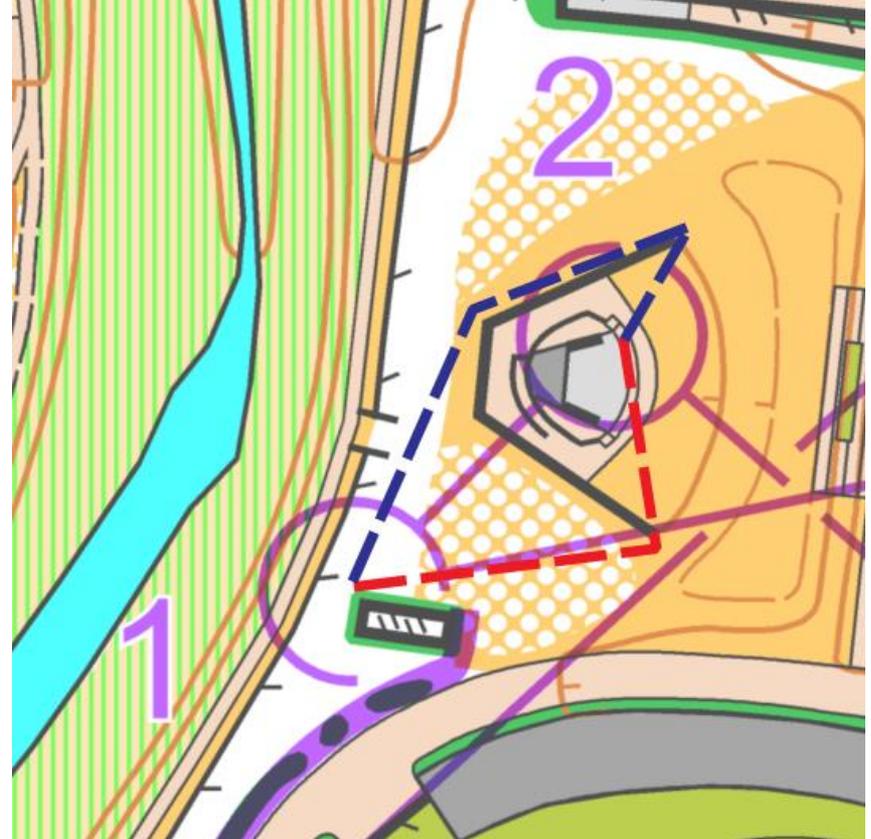
- **180 m**の長いスタート誘導を取り入れた。
- 緩やかな**登り**、4回の**曲がり**、1分後の選手に見られているプレッシャーの中で地図を読めるか。
- 正置すると地図の向きがずっと**逆**、**2マップ**の戸惑い、レッグ線3本が**交差**するショートレッグ、通行不能な**壁**や**人工立禁**が見える序盤。
- その後には**大局的なルート**チョイスが続くことも見える。



# MS・MA 1→2

---

- 赤 70 m
- 青 90 m



# MS • MA 4→5 / WS • WA 3→4

- 赤 200 m
- 青 220 m
- 黄 240 m



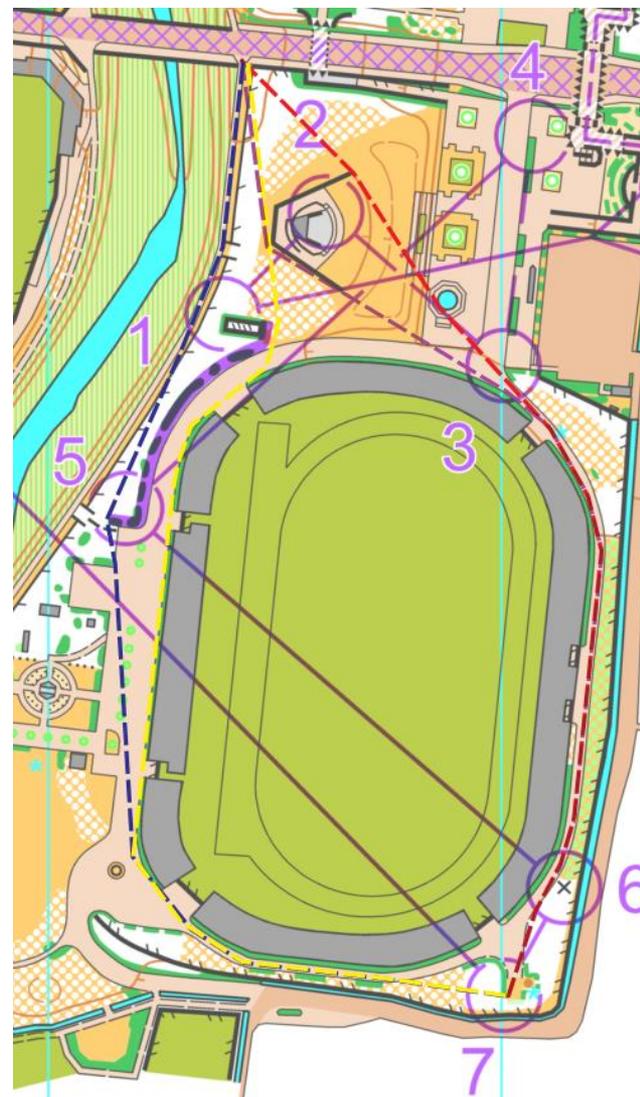
# MS・MA 5→6 / WS・WA 4→5

- 赤 295 m
- 青 350 m
- 黄 360 m
- レッグ線が競技場を分ける面積から、右回りルートが短いと考えることができる。



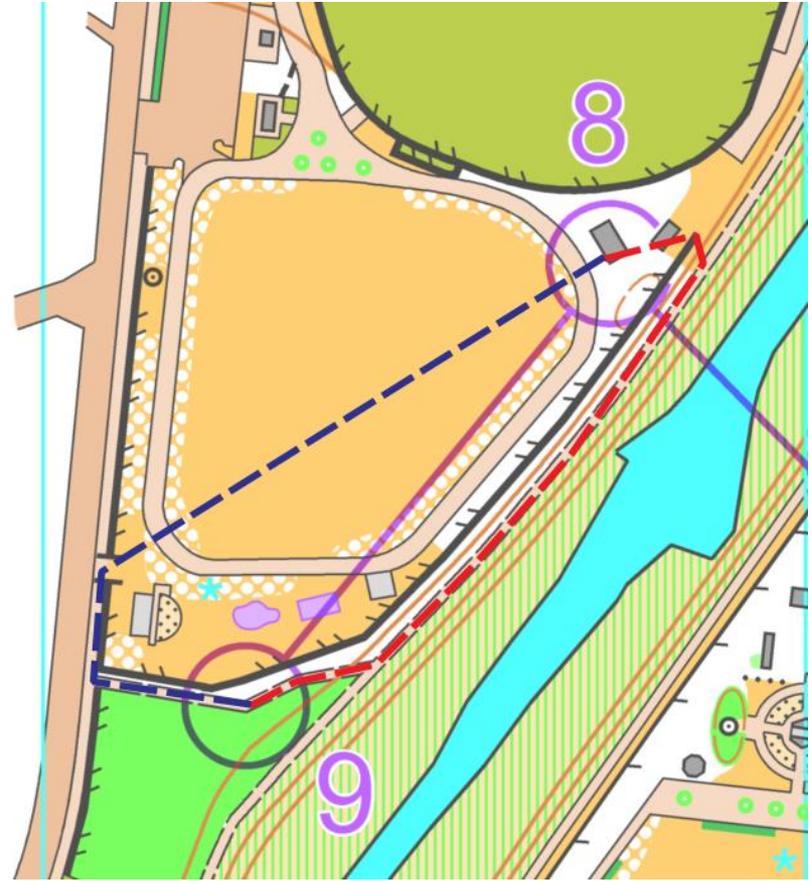
# MS・MA 7→8 / WS・WA 6→7

- 橋までの距離比較
- 赤 360 m
- 紫 375 m
- 青 415 m
- 黄 425 m
- 赤・紫の右回りか青・黄の左回りのルートが見える。レッグ線が競技場を分ける面積から左回りを選択したくなるが、どのみち橋を渡ることを考えると右回りが短い。
- 右回り左回りの両方とも、内側を通る紫や黄が距離がかさむようにした。



# MS・MA 8→9

- 赤 155 m
- 青 170 m



# MS・MA 9→10

- 赤 155 m
- 青 190 m
- 距離が短い赤を選ぶ。
- マップが切り替わるが、8→9→10は連動して考えるとよいだろう。
- 8→9で赤を選ぶと最初はお出戻りになるが、9→10でお出戻りは不要。
- 8→9で青を選ぶとお出戻りは無いが、9→10でお出戻りが必要。



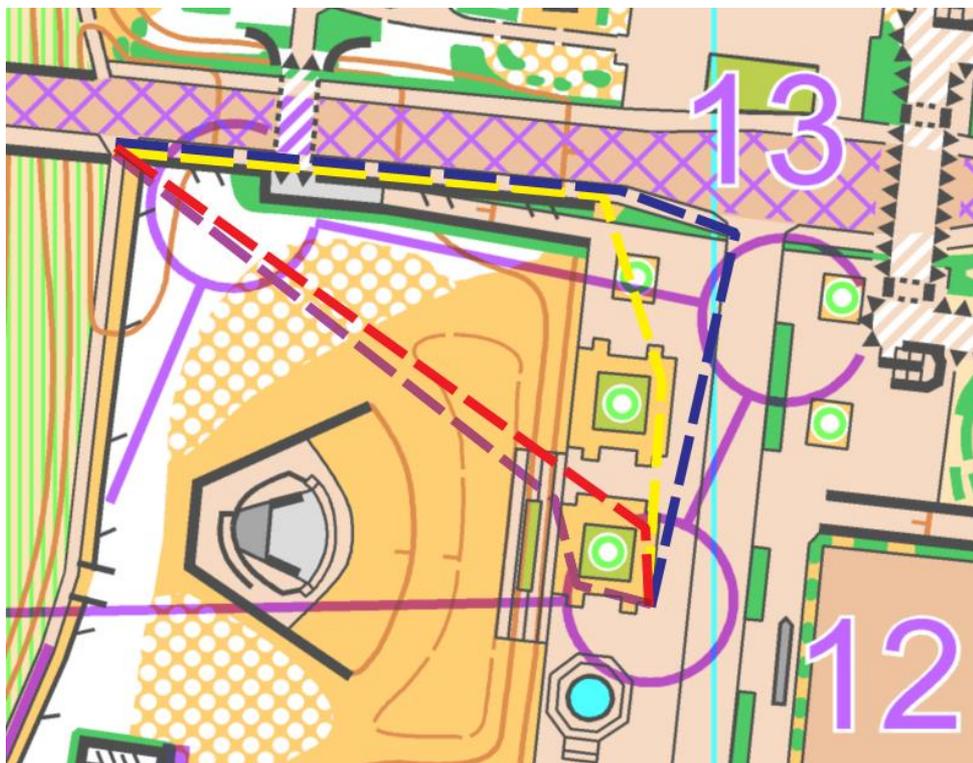
# MS・MA 11→12 / WS・WA 8→9

- 橋までの距離比較
- 赤 180 m
- 黄 190 m
- 青 210 m
- MS・MAの7→8と同じ仕掛けである。



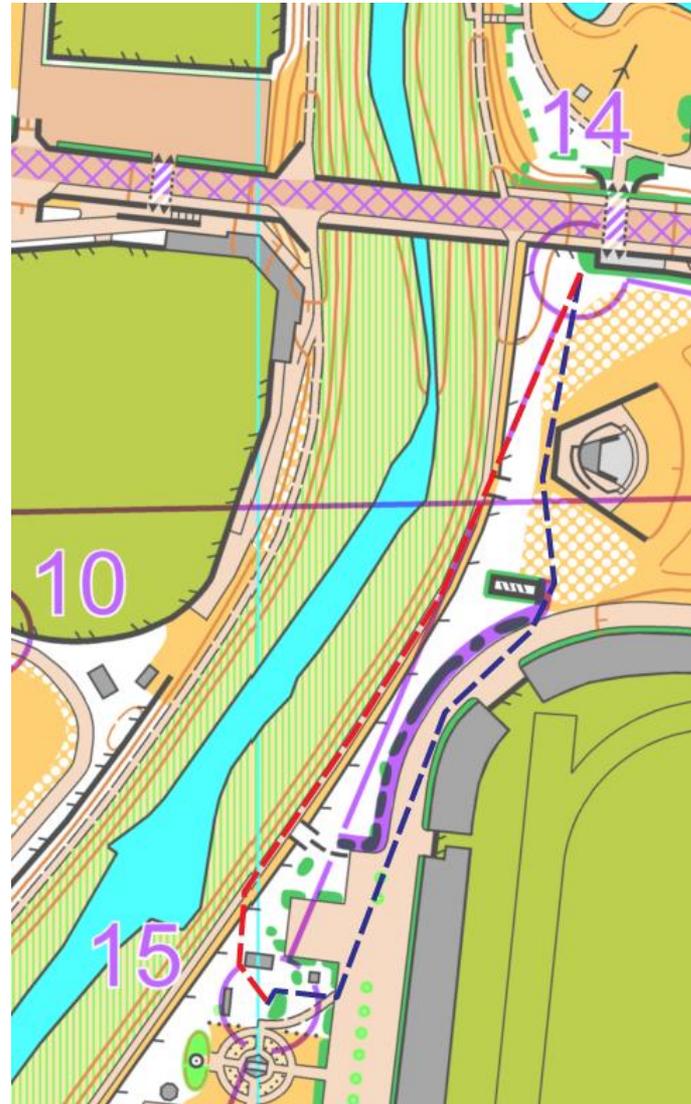
# MS・MA 11→12 / WS・WA 8→9

- 橋からの距離比較
- 赤 105 m
- 紫 105 m
- 黄 130 m
- 青 145 m
- 距離は伸びるが黄や青はスピードを出せて速いと思われる。



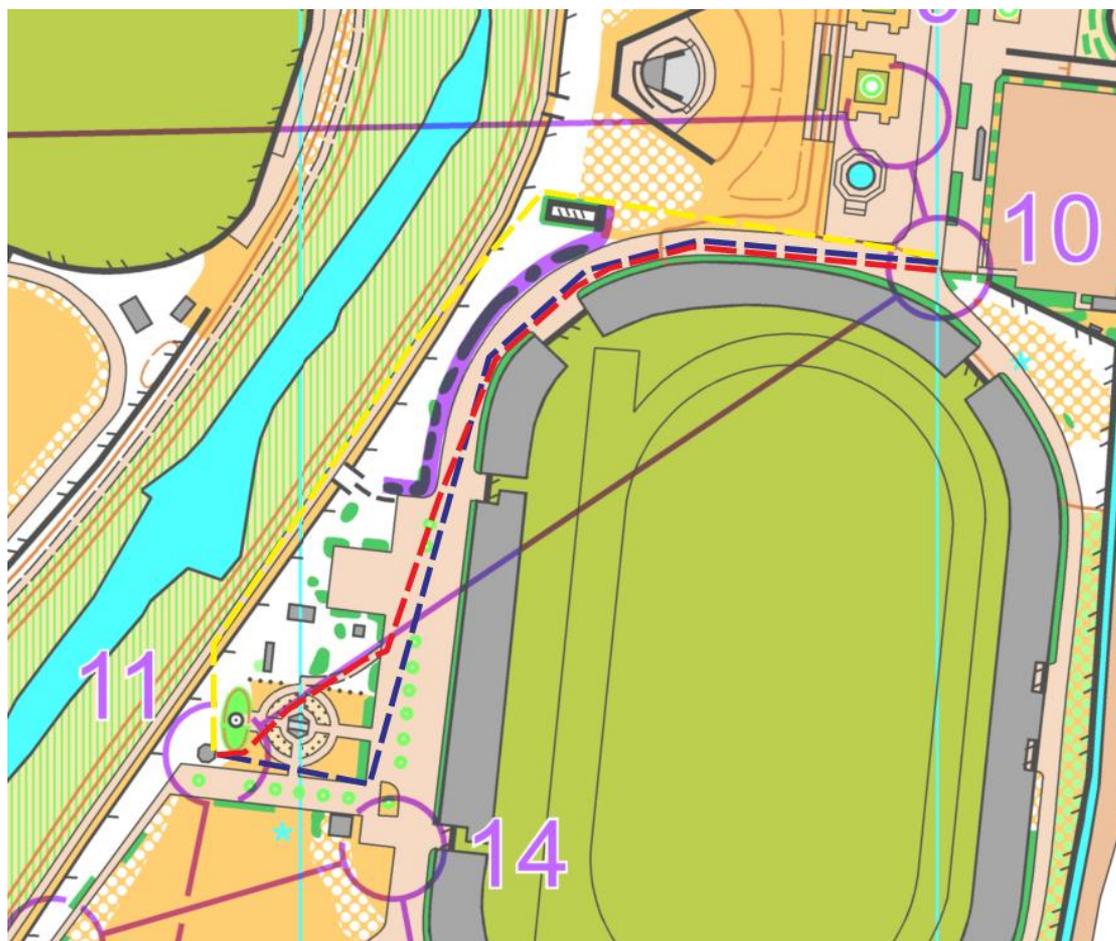
# MS • MA 14→15

- 赤 210 m
- 青 220 m



# WS・WA 10→11

- 赤 235 m
- 青 255 m
- 黄 250 m
  
- アタックの難易度を考えると黄も悪くないと思われる。



# MS・MA 15→20(左) / WS・WA 11→15(右)

- 最終一つ前コントロールから最終コントロールへのレッグは油断していると通行不能な柵に阻まれる。

