



第113回上尾 OLC 大会 in ぶそう

武相中学・高等学校

インドア オリエンテーリング大会
2024年2月25日(日)
プログラム

妙蓮寺駅から



会場の武相中学・高等学校への交通

東急東横線「妙蓮寺駅」から徒歩10分
横浜市営地下鉄「岸根公園駅」から徒歩10分
校舎北側の正門から敷地に入ってください。

会場に参加者用の駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。近隣のコインパーキングを利用する場合も数が限られていますので路上駐車をしないようご注意ください。

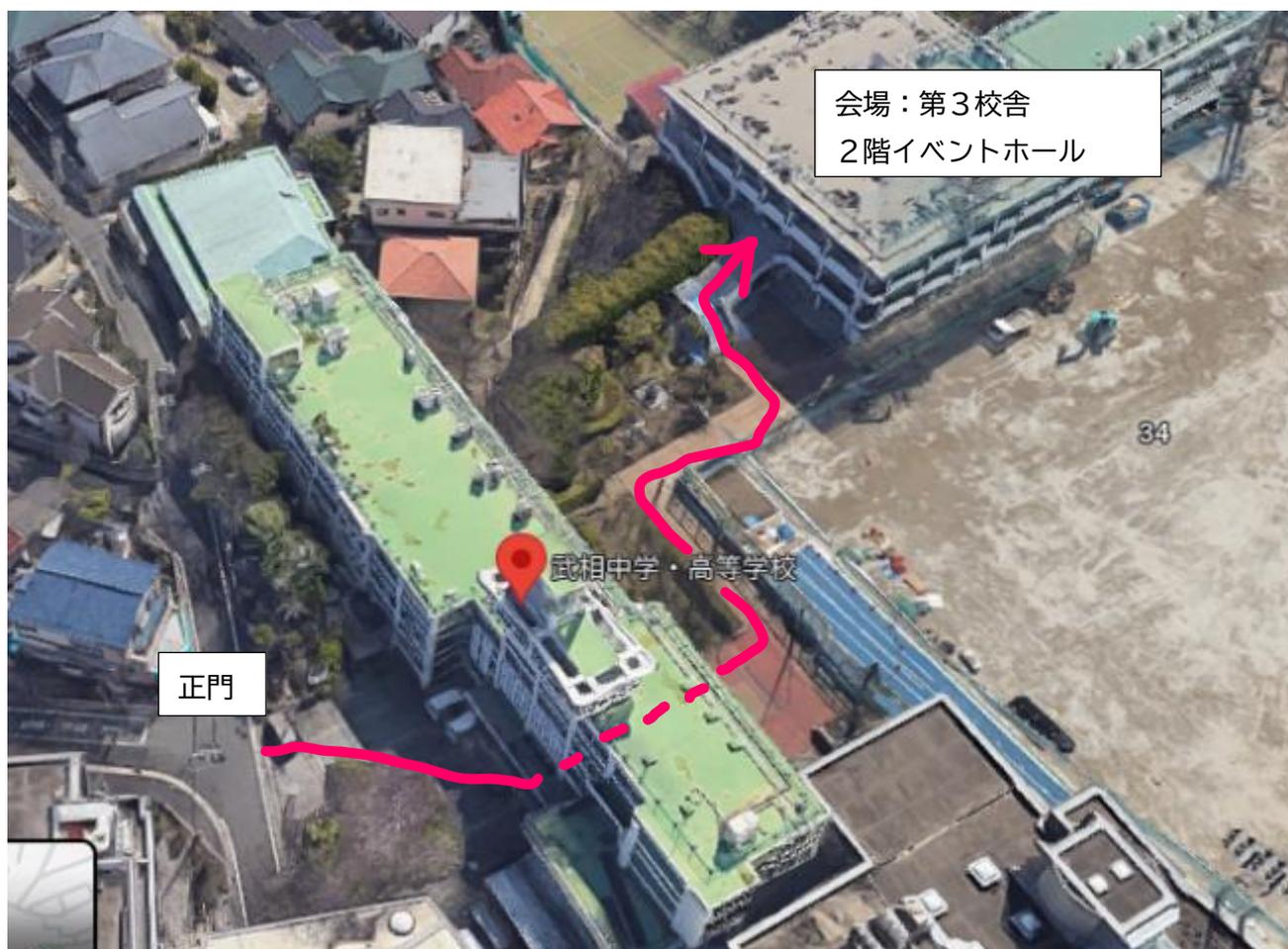
岸根公園駅から



会場 武相高等学校第3校舎2階イベントホール

横浜市港北区仲手原2丁目34-1

- ・ 学校北側の正門から学校の敷地に入り、誘導表示に従って第3校舎の2階に進んでください。
- ・ イベントホールは土足のまま上がることができますが、土が付いていないきれいなシューズで来場してください。
- ・ 男子校のため、第3校舎の2階トイレを男性用、3階トイレを女性用に指定します。
- ・ 女性用の更衣場所として別室を用意します。
- ・ 正門からの導線は競技ルートと重複しますのでランナーの通過にご注意ください。



Google Map

スケジュール

開場	10時
受付時間	10時～13時 (当日参加、2回目出走、その他変更事項のある方)
スタート開始予定	11時 / スタート閉鎖予定 14時30分
当日参加出走・2回目出走	12時～13時30分
※ 事前申込者はスタート時刻を指定します。	
※ ばばば対抗戦からのハシゴ参加者は14時台のスタートを指定しています。	
フィニッシュ閉鎖予定	15時

スタート

- ・ スタート時刻の指定をしています。スタートリストを見て3分前までにスタートエリアにおいでください。
- ・ トップスタートは11:00です。
- ・ スタートエリアは会場（イベントホール）から屋外を歩いて100m以内です。**オレンジ色のテープ**で誘導します。
- ・ ウォーミングアップは会場（イベントホール）からスタートエリアの間で行うことができます。一部競技ルートと重複しますのでランナーの通過にご注意ください。
- ・ スタート時刻と同時に地図を見ることができます。
- ・ 枠に入る前に、「クリア/チェック」をして入ってください。3分前に枠に入ってください。
- ・ スタートタイマーは1分毎に鳴ります、「パンチング イン」でスタートしてください。
⇒ パンチングスタート
- ・ コントロールの位置説明は設けません。位置説明シートの配布もありません。
- ・ 防寒服の輸送や預かりはありません。
- ・ 住宅地の中の学校のためチャイム音は小さめにしています。

フィニッシュ

- ・ パンチングフィニッシュになります。
- ・ ラストコントロールから、フィニッシュまでのテープ誘導はありませんが、スタートまでの**オレンジ色のテープ**と重複する区間があります。
- ・ フィニッシュは会場（イベントホール）付近を予定しています。
- ・ 地図の回収は行いません。
- ・ 閉鎖は15時00分です。

当日参加

当日参加受付 10時～13時 当日参加出走（スタート）時間12時～13時30分

当日参加料

	参加費	SI レンタル料
一般	3,000円	200円
大学生及びシニア(65歳以上)	2,500円	200円
高校生以下	1,500円	200円
武相中・高の生徒	800円	200円

当日参加クラスは、事前申し込みと同じコースのHard、Middle、Easyを設けます。

Hardクラスは先着30名、Middle、Easyは先着各10名で締め切らせていただきます。

2回目出走

事前・当日参加の方で2回目を走りたい方にはHard 10枚、Middle30枚程地図を用意します。地図がなくなった場合は終了します。

2回目の出走は、10時～13時受付、出走（スタート）時間12時～13時30分とします。

2回目参加料 500円

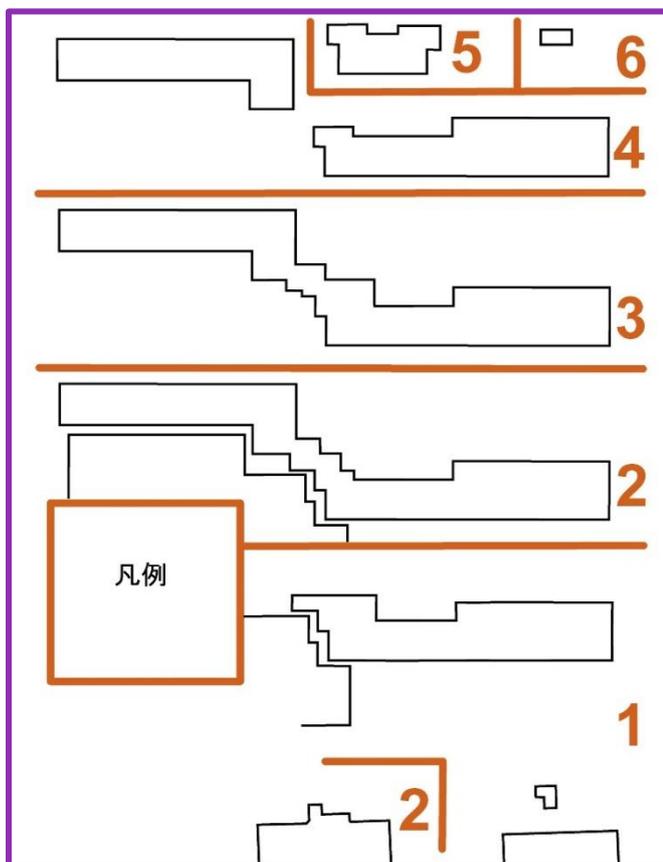
3回目参加料 100円

地図

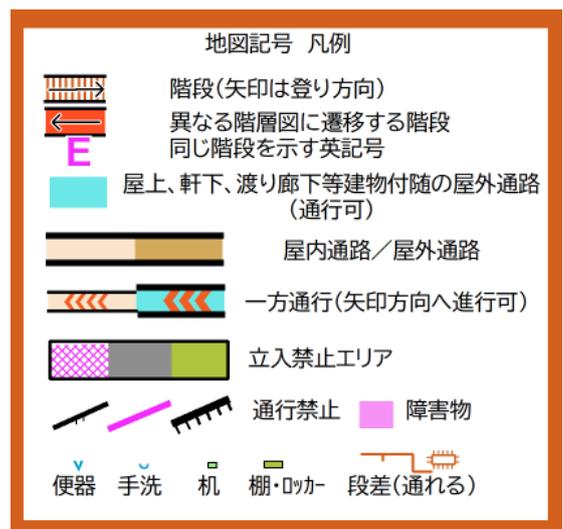
- ・ 地図はビニール袋には入っていません。ご希望の場合はご自身でご持参ください。
- ・ 地図のサイズはどのクラスも **A3** です
- ・ コントロール位置説明はありません。地図上ではコントロールのコード番号を、コントロール順の番号の横に記載します。(例 2-52、 3-58 など)
- ・ **縮尺約1:500** 7つの階層図からなります。
- ・ 地図の図式は、スウェーデンのインドアグランプリのものにほぼ準拠しています。(別添参照)
- ・ 磁北線はありません 地図の上がだいたい北ですが磁北とは合わせていません。
- ・ 階層(階段)の表記方法など事前に確認してください。原則として1階部分の階層図に「1」、2階部分の階層図に「2」と表記していますが、校舎内の一部分において地盤高の関係から現地の1階部分が「2」、2階部分が「3」のように地図上の階層とずれている場所がありますのでご注意ください。
- ・ 独自の表記としては、屋外通路について渡り廊下、屋上、軒下など建物と関係のある部分は水色、建物と直接関係のない校舎外の舗装通路については薄い茶色の表記としています。いずれも立ち入り禁止のパープルがかかっていないものは通行可能です。
- ・ 一部でテープを用いた迷路を設けています。テープを跨いだりくぐったりすることは禁止します。

階層図レイアウト

地図面における各階層図の配置は下図のようになります。
武相高校の第一校舎、第二校舎を中心に競技を行います。



地図記号凡例



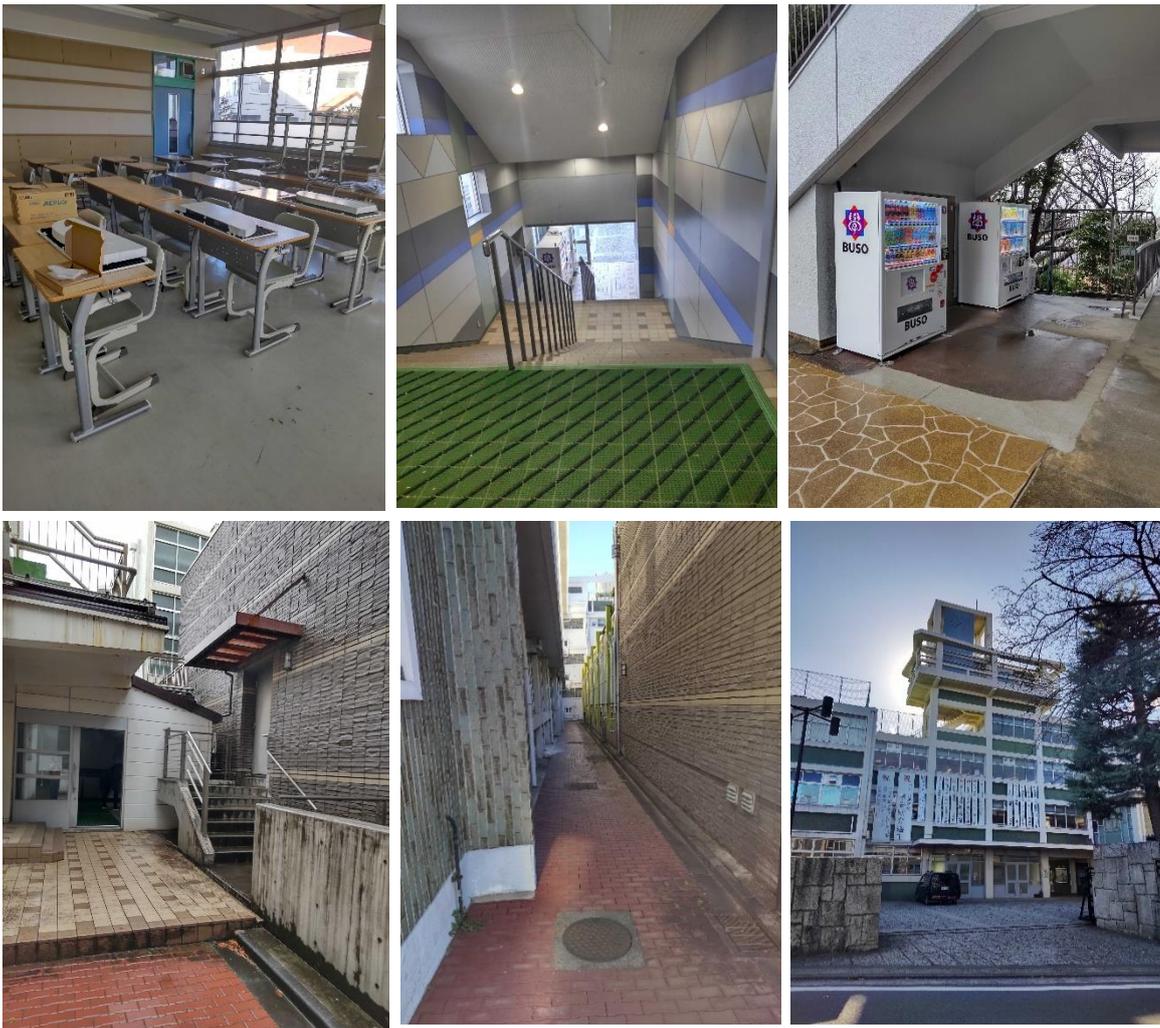
コース

- ・ Hard 2.2 km 想定トップタイム 16分
- ・ Middle 1.1 km 想定トップタイム 8分
- ・ Easy 0.5 km 想定トップタイム 3分

要項でご案内していた Extra は、コース設定上の制約により今回は設定しないこととしました。

どのコースも屋外通路（舗装路）や渡り廊下等の屋外を走る部分があります。

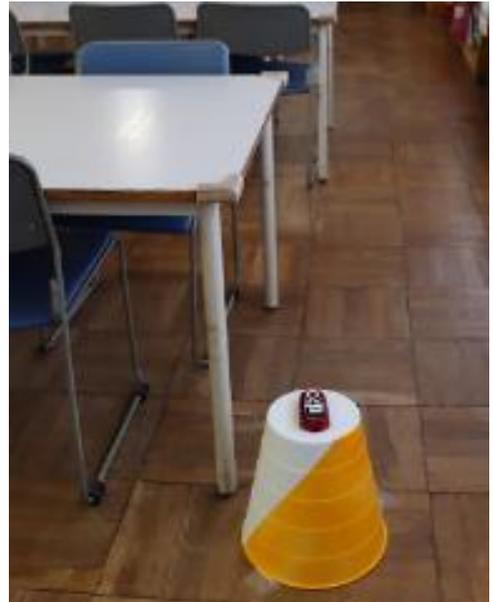
Hard コースの難易度は高くしていますが、建物の構造上ルートチョイスの複雑さは最高難度にはなっていません。



コントロール

- ・ コントロールでは SI ステーションが 30 cm ほどの高さの白とオレンジ色の 2 色に塗り分けられた「台」の上に設置されています。(右図)

この台はスウェーデンの大会でも使用されている IKEA のゴミ箱です。



- ・ 一部の屋外コントロールでは強風対策として「台」を用いず、壁や床に直付けにするものもあります。
- ・ 差し込みの SI カードを使用します。コントロールステーションにしっかりパンチ(穴に挿す)する必要があります。パンチした際のコントロールステーションから発生する音と光を必ず確認してください。
- ・ バックアップ用のピンパンチはついていません。計センにて記録が取れない場合は失格となります。
- ・ 5m以内の近接コントロールがあります。

服装と装備

- ・ 武相高校は土足のまま校舎内に入ることができます。上履きを用意する必要はありませんが、泥や土のついていない清潔な靴を用意してください。
- ・ **オリエンテーリングシューズは金属鋏の有無にかかわらず全面的に禁止します。オリエンテーリングシューズ以外でも汚れているシューズを履いている場合は出走を許可しない場合があります。**清潔なランニングシューズを推奨します。
- ・ ヤブの通過はありませんのでフルに肌を覆う服装は必要ありませんが、コースでは舗装された屋外通路を通過する部分もあります。

安全にインドア0を楽しむために（必ずお読みください！）

コース中には、見通しの悪いコーナー、狭い通路や階段などが複数あり、対向走者と衝突や接触するリスクは避けられません。安全にインドア0を楽しんでいただくために以下のことを守ってください。

・ 階段や通路は右側通行とします。

- ・ これまでのインドア0のイベントでは、ルートを考える参加者が地図読みのために立ち止まる場面が多く見られます。立ち止まる際には他のランナーが通過できるよう通路の中央を空け、階段や、曲がり角、ドア付近での立ち止まりは避けてください。
- ・ 階段や曲がり角、ドア付近などを通過する際は、他のランナーが急に現れることを想定し、よけるための余裕を持って競技をしてください。
- ・ ドアから通路に出る際には通路側のランナーを優先し、慎重に出るようにしてください。
- ・ 本大会は学校のご厚意により施設をお借りして開催しています。学校のルールを尊重し、備品などを破損しないように、最大限ご注意ください。万一学校の備品を破損した場合や、破損しているものを発見した場合は最寄りのスタッフにお知らせください。

その他

- ・ 通行禁止の青黄テープを随所に張っています。これらを潜ったり跨ぐことは禁止です。
- ・ 一方通行を設けます。交通標識と同様の「一方通行」と「進入禁止」のマークを入口と出口に掲出します。
- ・ 通行できる扉は基本的に開けた状態にしています。ランナーは扉の開閉を行う必要はありません。
- ・ 一部に迷路エリアを設けます。
- ・ 2回目以降の競技は参考記録とします。
- ・ 成績については、LapCenterに掲載します。
- ・ 表彰はありません。
- ・ レンタルSIカードを紛失・破損した場合は実費のご請求となりますので、十分にご注意願います。
- ・ 地図回収は行いません。競技前の選手に地図を見せないようにご配慮ください。
- ・ 以降の出走がない場合は、レンタルSIカードは必ず返却してください。
- ・ 本内容に変更が出た場合は、HP・公式掲示板でご案内いたします。
- ・ いかなる理由で大会が中止になっても参加料の返金は致しません。
- ・ 個人情報の取扱について／記載内容は本大会の成績表作成、照会、運営以外には使用いたしません。
- ・ 賠償責任保険、傷害保険とも加入していますが限度があります。保険証又はコピーの持参を推奨いたします。
- ・ 飲料の自動販売機は校内にもありますが種類や数に限りがありますので必要なものは来場前にご用意願います。
- ・ 当日及び前日までに、平熱を超える発熱があった場合は、参加をご遠慮願います。
- ・ 健康に留意し、異常があった場合は、参加をご遠慮願います。
- ・ 当日飯能市で開催のばばば対抗戦（午前）に参加しハシゴをされる方は14時台のスタート時刻を設定します。交通機関の遅れ等による対応は致しかねます。

地図公開・動画・写真の掲載

- ・ 16時頃まで、SNSなどにコース地図を掲載しないでください。
- ・ 写真や動画の撮影は在校生や参加者のプライバシーに影響がない範囲でOKですが、掲載は当日16時以降としてください。

問合せ先 E-mail ageo.olc@gmail.com

携帯 080-2347-9822(タカムラ)

主催 上尾オリエンテーリングクラブ

後援 (特非)埼玉県オリエンテーリング協会

協力 武相中学・高等学校

別添 本大会が参考としているスウェーデンのインドア0の地図図式です。(完全に準拠しているわけではありません)

Kartnorm Indoor

インドア0 地図図式

(スウェーデン式)

Version: 2023-09-19

はじめに

インドア オリエンテーリング用の地図図式策定の目的は、主催者や地図作成者にとっての作業を容易にし、参加者にとっての品質と認知度を高め、さまざまな建物、状況、瞬間を表現できるようにすることです。

この図式は規則・規制ではなく、ガイダンス的なサポートとして参考としてください。インドア オリエンテーリングはまだ発展途上にある若い分野です。この地図図式の策定によって発展が促進されることを期待します。

地図の縮尺

インドアOの地図の縮尺はさまざまですが、参加者にとっては特に関係ありません。

地図を読みやすくするために、縮尺はできるだけ大きくする必要があります。

ガイドラインとしては、「紙面を埋める」ようにして、できるだけ大きな縮尺を使用することです。

可能な限り大きな縮尺を提供するには、地図のレイアウトを調整する必要がある場合があります。

縮尺を考慮する場合は、最小測定値の推奨事項も考慮する必要があります。次のセクションを参照してください。

地図の印刷

インドアOの地図印刷は、誰もが公平な条件を得ることができるよう、通常の森のオリエンテーリングの地図印刷と同様に重要です。

地図印刷の品質が悪くないと、最小寸法と色は意味を失います。

色

印刷された地図が地図ファイルと一致するためには、線が正しいことが重要です。

地図標準ファイルでは、印刷結果が良くなるように色が順番に配置されているので、そのファイル内の記号から始めるとよいでしょう。

各プリンターのカラー設定は異なるため、共通のカラー設定はありません。

この標準のシンボルのいくつかはスプリントマップの標準に基づいているため、プリンターは設定を行うときにスプリントマップの標準から始めることができます。

最小寸法

インドアOのマップは縮尺が異なるため、各文字の最小寸法はありませんが、読みやすさを考慮して推奨値を設けます。

測定値は印刷された地図上で、ミリメートル単位で計算されるため、主催者/地図作成者は地図をテスト印刷し、手動で測定値を確認する必要があります。

重要なドア開口部の最小寸法は 1.33 mm 以上です。

重要な通路（階段/廊下）の最小寸法は 2.0 mm 以上です。

階段文字の最小幅は 2.0mm です。

地図記号

このあとのページでは、インドアOの地図の記号を紹介します。

- 建物内の大型の家具や調度品はインドアOの地図に描く必要があります。
- 小さいものや動きやすいものは描かないください。椅子/スツール、キャスター付きキャビネット、ハンガーラックなど。
- これ以外のローカル記号を指定する場合はプログラムに記載します。

床面

歩行可能なすべての床面（階段と屋外通路を除く）は、ベージュ色で描画されます。



壁面

通常、壁は同じ厚さで一般化します。非常に厚い壁の場合、地図の読み取りに影響する場合は、2つの壁の間を灰色で塗りつぶして描くことができます。

外壁は 30% 厚く描画して、建物の外縁を明確にすることができます。



フェンス

通行できないフェンス、例：バルコニー



階段英文字

通行禁止のバリアと同じ紫色で描画された任意のフォント。

この文字は階段の近くに置いて、読みやすく、他の階段の文字と混同されないようにする必要があります。

推奨される最小幅は 2 mm



テーブル・机

テーブルはその形状に従って描画されます。複数のテーブルが連続している場合、まとめて描画して面を形成できます。

テーブルの高さは最大 1m で、それより高いものは棚/食器棚として描きます。但しスタンディングテーブルは 1m より高くてもテーブルで描くことがあります。



棚/食器棚

棚や食器棚はその形状に従って描画されます。

高さが 1m を超えるものをこの記号で描画して、それより低いものはテーブルの記号で描画します。



椅子・ベンチ

椅子やベンチはその形状に従って描画されます。ソファや大型の肘掛け椅子のみが描かれます。小型の一人がけの椅子は描画しません。



歩行不能エリア

たとえば、ごみ集積場所、可動物、楽器、特殊な機器などが置かれている歩行不能なエリアなどです。

立入禁止区域（紫色のグリッド）とは混同しないでください。

アリーナまたはその他の制限されるエリアで使用されます。



階段

可能な限り、現地の段数 = 地図上の段数で描画

階段の描画幅は、現地の階段の幅と同じ幅で描画する必要があります。

4段以上ある場合は、階段の矢印を重ねて描画します。



大きな段差

通過可能な大きな段差。

例：舞台の段差など



スロープ

大きな高低差を伴うスロープがマップ上に描画される場合、スロープの開始点と終了点に破線を描画します。



密室・不使用空間

使用されていない部屋は灰色で描画します。地図内に大きな灰色の領域がある場合は、それらを完全に削除できます。

ただし、次のような空間は白色で描画されます。
(例：使用されていない中庭、階段やあかり取りなどの吹き抜け空間)



植栽

床に設置された大型の植物で、地図の読み取りやコントロールポイントに使用できます。



トイレ洋式便座・小便器

Vは便座の丸い部分の方向を示す。



シンク

手洗い場のシンクや水飲み場



シャワー



その他の特徴物

例：彫像、ジム設備、ファン装置、最終コントロール。

青い×は主に水関連です。

例：噴水。

特定の記号がわかりにくいリスクがある

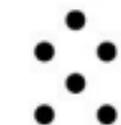
場合には、プログラムにその旨を記載する
必要があります。



走行に支障がある区域

床に凹凸があるエリアや天井が低いスペース。

走行性の低下は床の色の上に描かれます。



ストーブ

ボタン/ノブ/オーブンドアは V 字の先端に位置します。



屋外通路。

屋外の通路は、外側の端に紫色のラインが表示されます。

※本大会では紫ラインは用いていません



バリア・通行禁止

●通行禁止とするバリアはコース記号と同じ紫色で描きます。

● コース記号の約3倍の太さで描画してください。

● 通行禁止とするバリアは、コース記号と混同されないよう、コース記号の円やラインを一部カットすることが重要です。

● 階段や廊下にバリアを設ける場合

バリアを描画するスペースがない場合は、まず階段/廊下を拡張することができます。または、バリアを少し狭く描画することもできます。

コース描画

- コントロールの円、ライン、その他の印刷記号はスプリント標準と同じ寸法でなければなりません、

- コースはランナーにとってシンプルで読みやすいように慎重に計画する必要があります。コースとラインが何度も交差すると、ランナーがコースを区別するのが難しくなります。

- ランナーにとってできるだけ読みやすく論理的なものにするために、コントロールの円とラインは慎重にカットする必要があります。

- コース自体がランナーにとって十分な挑戦である必要がありますが、コース描画の複雑さによってその難易度を高めることはあってはなりません。

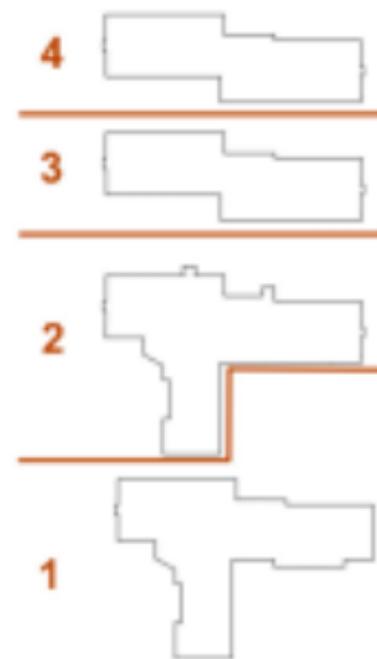
階層表示

- インドアOの地図上の階層（フロア）は相互に明確に分離する必要があり、階層（フロア）を簡単に識別できる必要があります。

- 階層の間には太い分離線を設置

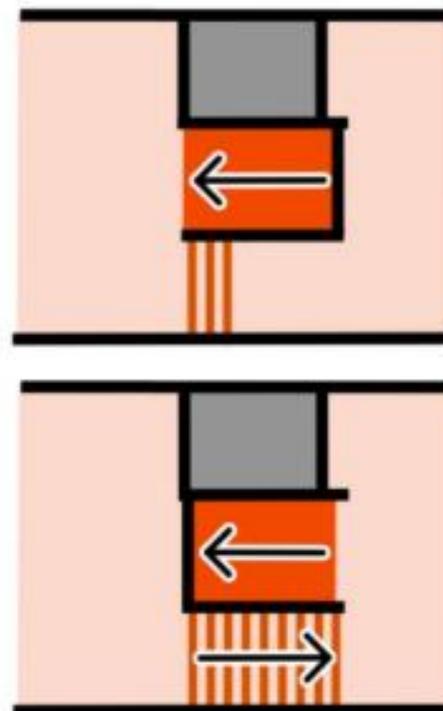
- 大きい文字で「階数」を表示

- マップ レイアウトは、ランナーの準備に役立つようプログラムで公開できます。(以下の例を参照)



階段の描画

- 異なる階層に続く階段にオレンジ色をカバーします。
- 同じ階層図内の階段には段を表示します。4段以上の階段には矢印を重ねて描きます。
- 階段の矢印は常に登り方向を指します。
- 登り方向の矢印は階段の長さに沿っており、白く縁取ります。
- 階段への明確な「入口」が分かるよう、反対側を壁またはフェンスで区切ることが重要です。
- らせん階段は矢印なしで描画されます。大きならせん階段では矢印を描くことができます。

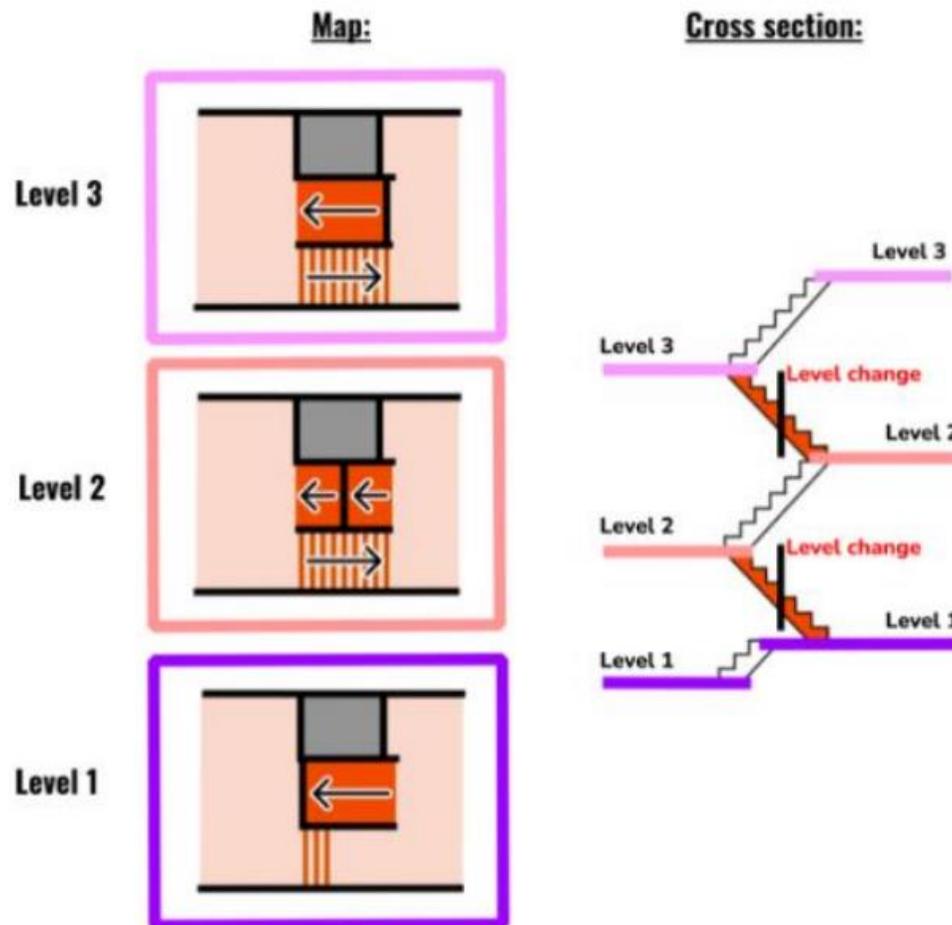


階段の表記の例

階段はインドアOの地図の重要な部分であるため、論理的かつ一貫した方法で描画することが重要です。

地図を描くときに階段のコンセプトを立て、どの部分がどの階に属するかを決める必要があります。

これは地図図式で記述することはできませんが、地図の作成ごとに行う必要があります。



一方通行路

一方通行路では、ランナーは矢印と同じ方向にのみに走ることができます。

一方通行路は、地図上で通路の幅全体に伸びる「V字の矢印」で描かれます。

地図上の一方通行は階段と同じ色になります。

作図用のシンボルセットには、一方通行路用の既製のシンボルがあります。通路の幅に応じて、シンボルを異なる幅に拡大縮小する必要があります。

現地では、黄色または黒黄色のテープで床面にV字のマークが貼付され、逆方向から来る人のために進入禁止の標識を標示します。

