

第46回

# 東大OLK 大会

要項3.1

(プログラム)

6月7日発行



要項3より以下の部分を変更し、変更箇所を黄色で示してあります。

- P.25「スタート」コントロール位置説明の大きさを訂正しました。

# 目次

P.3 ご挨拶

P.4 大会概要

P.6 タイムスケジュール

P.7 大会の流れ

P.8 交通

P.11 会場

P.15 受付・申込

P.17 競技情報

P.22 安全対策

P.24 スタート

P.26 競技中

P.28 フィニッシュ

P.29 体験会

P.30 大会役員紹介

P.31 連絡先

大会マスコットキャラクター

## ヤチホニウム46世

八千穂高原に突如現れたキシヤスデの王子様。

本名はヤチホニウム＝デュードネ。お気に入りの白樺の木を肌身離さず抱えている。被っている鹿の骨は彼の父親であるヤチホニウム45世が狩ったもので、彼もいつの日か父親のような強い王様になることを夢見ている。そんな彼だが、仲間を引き連れ8年にわたる修行の旅に出ているので八千穂にはいない。



# ご挨拶

この度は、第46回東大OLK大会へご参加くださり、誠にありがとうございます。  
また、本大会の開催にあたり、多大なる御協力を賜った長野県南佐久郡佐久穂町・佐久市の皆様、ご協賛ならびにご後援くださった団体及び個人の皆様に、この場をお借りして厚く御礼申し上げます。

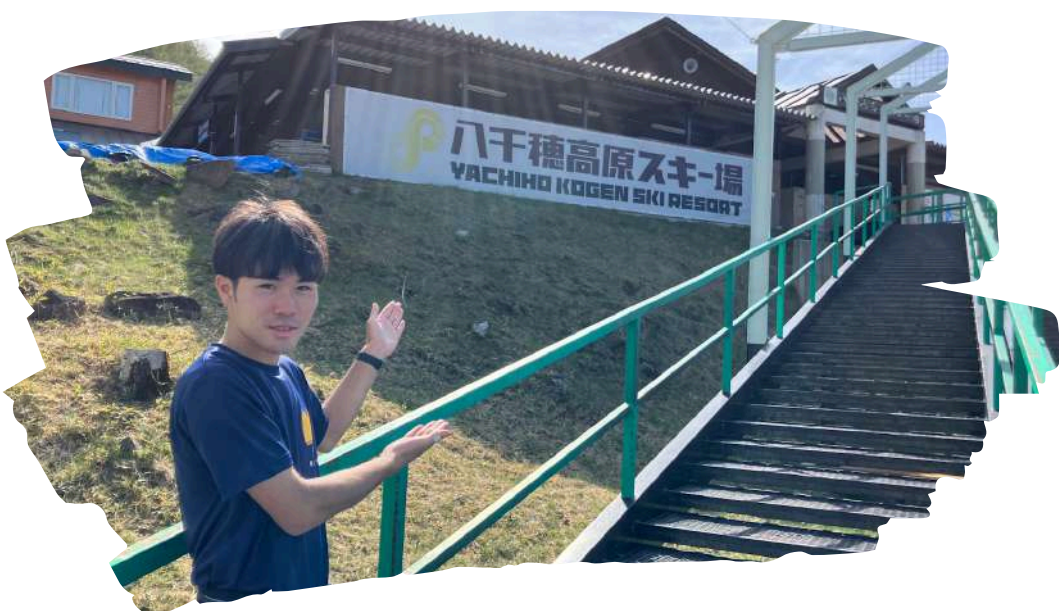
今年で46回目を迎える本大会の競技エリアは、長野県南佐久郡佐久穂町の八千穂高原スキー場周辺の山林になります。この周辺の山林でオリエンテーリングの競技会が開催されるのは史上初であり、東大OLK大会を完全新規トレインで開催するのは栃木県日光市・鹿沼市の「足尾勝雲山」で開催された第42回大会以来4年ぶりとなります。

八千穂高原スキー場周辺には、「日本一美しいとされている白樺群生地」が存在し、四季折々の風光明媚な景色が広がっております。トレイン内でも、普段のオリエンテーリングとは少し違った風景を感じることができるでしょう。ぜひ、一風変わった景色を見せる、標高1500mを超える天空のトレインに挑戦してみてください。

本大会は多くの制約の中、参加される皆さまに最上のオリエンテーリング体験をお届けすべく、1年以上の期間をかけて準備を重ねてきました。ついでには、完全新規開発のトレインに加え、会場周辺の観光施設、景色、またご協賛先の企業から頂いた賞品や地域のキッチンカーなど、この大会の幅広い魅力を参加者の方々にご堪能いただきたく思っております。

それでは、当日に参加される皆様にお会いできることを運営者一同心から楽しみにしております。

第46回東大OLK大会 大会責任者 石川翔太





# 大会概要

正式名称	第46回東京大学オリエンテーリングクラブ大会
開催日	2024年6月9日（日）雨天決行・荒天中止
開催地	長野県南佐久郡佐久穂町
会場	八千穂高原スキー場
主催	第46回東大OLK大会運営委員会 (東京・一橋・実践女子・津田塾・十文字学園女子・立教・お茶の水女子・ 法政・明治・日本・東京工科・武蔵野大学より構成)
後援	長野県オリエンテーリング協会 東京都オリエンテーリング協会 日本学生オリエンテーリング連盟 関東学生オリエンテーリング連盟 長野県南佐久郡佐久穂町 長野県南佐久郡佐久穂町教育委員会 長野県南佐久郡佐久穂町観光協会
協賛	<a href="#">株式会社 エバニュー</a> <a href="#">黒澤酒造</a> <a href="#">合同会社 蓼科</a> <a href="#">ブライトコンパス</a> <a href="#">八千穂高原スキー場</a> <a href="#">八千穂漁業</a> <a href="#">八千穂ブルーイングカンパニー</a> <a href="#">レティファーム</a> <a href="#">ロッジ八ヶ嶺</a> <a href="#">Kitahefu</a> <a href="#">O-Ajari</a> <a href="#">O-Support</a> <a href="#">OMM JAPAN</a> <a href="#">yamania</a>

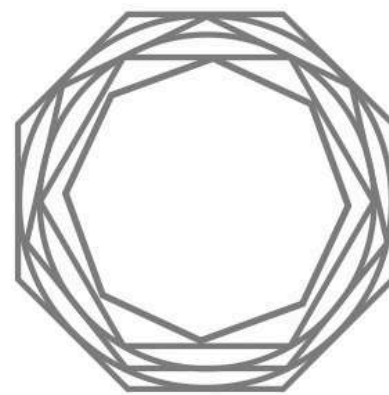
(敬称略)



 黒澤酒造株式会社

EVERNEW®

barku  stro  
**O-Support**



O-Ajari  
går på tur

**OMM**  
ORIGINAL MOUNTAIN MARATHON



**Kitahefu**  
[www.kitahefu.com](http://www.kitahefu.com)



**Bright Compass**

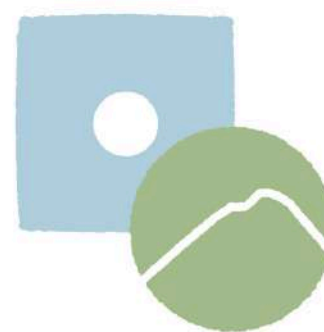


**FRENSON**<sup>®</sup>  
RUN WITH CONFIDENCE

**SALMING.**  
no nonsense.




**lehti**



yamania

**八千穂漁業**

溪流の恵み 信州サーモン・イワナ・ヤマメ・ニジマス・鯉 



 **八千穂高原スキー場**  
YACHIHO KOGEN SKI RESORT

# タイムスケジュール

一般参加者		体験会参加者	
9:00	会場開場		
11:00	トップスタート	10:00	受付開始
13:00	E・21Aクラススタート閉鎖	14:30	受付終了
13:30	全クラススタート閉鎖	15:00	フィニッシュ閉鎖
14:45	表彰式(予定)		
15:30	フィニッシュ閉鎖		
17:00	会場閉場		

## 大会アンケート

大会参加後、今後の大会をより良くするためにアンケートにご協力ください。

以下のGoogle formからお願いします。

<https://forms.gle/cpsaNk2Z8EnDBY4h7>



ご意見・ご感想  
メッセージなど  
お待ちしております！



# 大会の流れ

詳細  
ページ

自家用車

大会専用バス  
池袋駅付近

公共交通機関  
JR佐久平駅

交通

P.8



八千穂高原スキー場駐車場

7:00発  
10:30着予定

8:35発  
9:46着

スキー場 バス停

会場

P.11

受付

P.15

会場 八千穂高原スキー場  
会場にて配布物をお受け取りください。

参加クラスによりスタート地区が異なります

ME, WE,  
M/W21A, M/W35A,  
M45A, M/W20A

M/W21AS, W45A, M/W55A,  
M/W65A, M/W75A, M/W18A,  
M/W15A, MF, WF, MB, WB,  
M/W12, N

スタート

P.24

赤色テープ誘導  
1km 徒歩約20分

青色テープ誘導  
800m 徒歩約25分

第1スタート地区

第2スタート地区

競技情報

P.17

フィニッシュ

P.28

競技時間

ME, WE, M21A, W21A:150分  
その他のクラス:120分

競技中のテープ誘導は赤白テープ誘導  
M/W12, MF, WF, Nクラスのみ一部  
コース中に赤色テープ誘導あり

フィニッシュ地区

フィニッシュ閉鎖 15:30

フィニッシュ後は必ず  
Eカードの読み取りを行ってください。

出店

別紙参照

表彰式

P.14

会場にて出店や表彰式をお楽しみください。  
17:00 会場閉鎖

八千穂高原スキー場駐車場

スキー場 バス停

交通

P.8

自家用車

大会専用バス  
池袋駅

公共交通機関  
JR佐久平駅

16:00発

16:11発

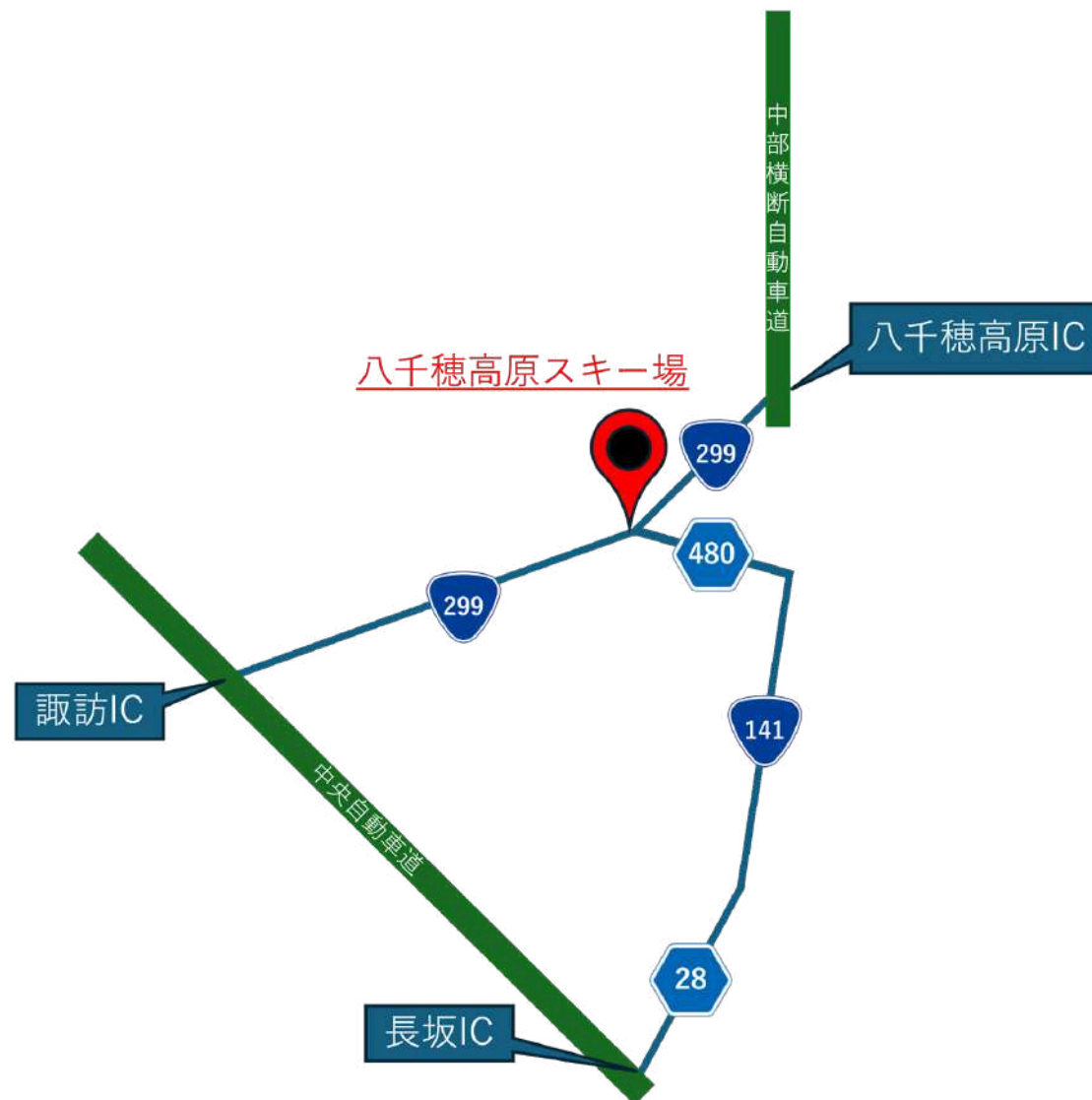
# 交通

## 自家用車の場合

駐車場：八千穂高原スキー場駐車場 長野県南佐久郡佐久穂町八郡 2093-15

(Google Map : <https://maps.app.goo.gl/cQ1EvGd6LqEpmL3e6>)

- 中部横断自動車道「八千穂高原IC」より、国道299号（メルヘン街道）を經由して約20分です。
- 中央自動車道「長坂IC」より、県道28号、国道141号、県道480号を經由して約60分です。
- 中央自動車道「諏訪IC」より、国道299号（メルヘン街道）を經由して約70分です。



- 駐車場のスペースには限りがあります。台数制限は実施しませんが**Japan-O-entrYにて選択した交通手段でお越しく下さい。**
- 駐車場内では、係員の誘導に従って駐車してください。
- 駐車場内での事故・トラブルにつきましては、当方では責任を負いかねます。
- 駐車場内で物損事故を起こし賠償が発生した場合、当方では責任を負いかねます。
- 競技者の走行を妨げないようにするため、可能な限りフィニッシュ閉鎖後の退場のご協力をお願いします。フィニッシュ閉鎖前に退場される場合は駐車場役員にその旨を申告し、誘導に従ってください。



## 公共交通機関の場合

- JR佐久平駅から千曲バス白駒線 佐久平駅前～スキー場でおよそ70分です。バス停は会場のすぐ近くです。
- バスの時刻は以下の通りです。なお、**バスは行き、帰りともに1本のみです。遅れてご乗車できなかった場合、公共交通機関による会場に向かうための手段がございません。**お乗り遅れのないよう、十分にご注意ください。  
行き：佐久平駅 8:35発→→八千穂高原スキー場 9:46着  
帰り：八千穂高原スキー場 16:11発→→佐久平駅 17:22着
- 運賃は片道1690円です。**IC不可のため、現金を持参してください。**なお、利用可能な紙幣は**1000円札**のみです。
- 佐久平駅を利用される場合、八千穂高原ICを通るルートで来場する車は道中で佐久平駅付近を通過するため佐久平駅～会場間で乗り合わせが可能です。この来場手段について大会運営側から斡旋等はいたしません。選択肢の一つとしてご検討ください。

## 大会専用バスの場合

大会専用バスはエントリー時に申し込まれた方のみご利用になれます。なお、大会専用バスを申し込まれた方で、下記の乗車者リストに名前がないという場合は、至急大会公式アドレス ([46th@comp.olk.jp](mailto:46th@comp.olk.jp)) までご連絡ください。

赤井 英夫	平戸 優美	内田 善大郎
池田 麻子	広江 望	大久保 佑真
池田 純也	福吉 桜子	鴛海 理仁
石井 亜樹子	藤岡 克利	上拾石 幸太郎
今井 栄	藤村 陸	澄川 祐樹
入江 崇	藤生 考志	平 隆広
近藤 恭一郎	宮田 順子	中村 健太郎
桜井 剛	森川 正己	林 剛広
田垣 尚美	盛田 彰宏	飛岡 駿伸
鷹取 敦	吉田 勉	藤井 駿之介
高橋 厚	渡辺 邦久	右田 連音
高橋 ひなの	東 遼次	宮治 明良
高橋 洋一	阿部 慈央	宮脇 滉直
田中 創	石橋 虎大	山口 侑真
茅野 耕治	伊藤 道隆	吉田 崇太郎
長嶺 友香子	岩崎 瑛亮	川崎 陽暉
長谷川 恵子	岩原 陸人	

- 往路

集合時刻：6:50 出発時刻7:00 会場到着予定時刻：10:30

往路集合場所：池袋・東京芸術劇場前

(池袋駅より10分以上かかる場合がございます)

Google MAP：<https://maps.app.goo.gl/h4ko8K6jmWqygaDM9>



集合時刻に遅れてご乗車できなかった場合、**公共交通機関による会場に向かうための手段がございません**。お乗り遅れのないようにお願いいたします。

バスの到着が遅れた場合、スタート時刻を遅らせる等の対応をとる場合がございます。詳細は大会当日、役員よりご案内いたします。

- 復路

集合時刻：16:00ごろ

池袋到着予定時刻：19:30ごろ（道路状況により遅れる可能性があります）

復路集合場所：八千穂高原スキー場駐車場 大会バス付近

復路の出発時刻はバス利用者のフィニッシュ通過状況に合わせて前後する場合がございます。出発時刻の変更につきましては、当日に会場にてアナウンスいたします。

当日の緊急のご連絡は添乗員（岩鼻 TEL：080-2168-3649）までお願いします。添乗員が電話に出ない場合はバスパートチーフ（本間 TEL：090-7884-2089）までお願いします。特にバス出発時刻に間に合わない可能性がある場合は、分かり次第すぐにご連絡をお願いいたします。

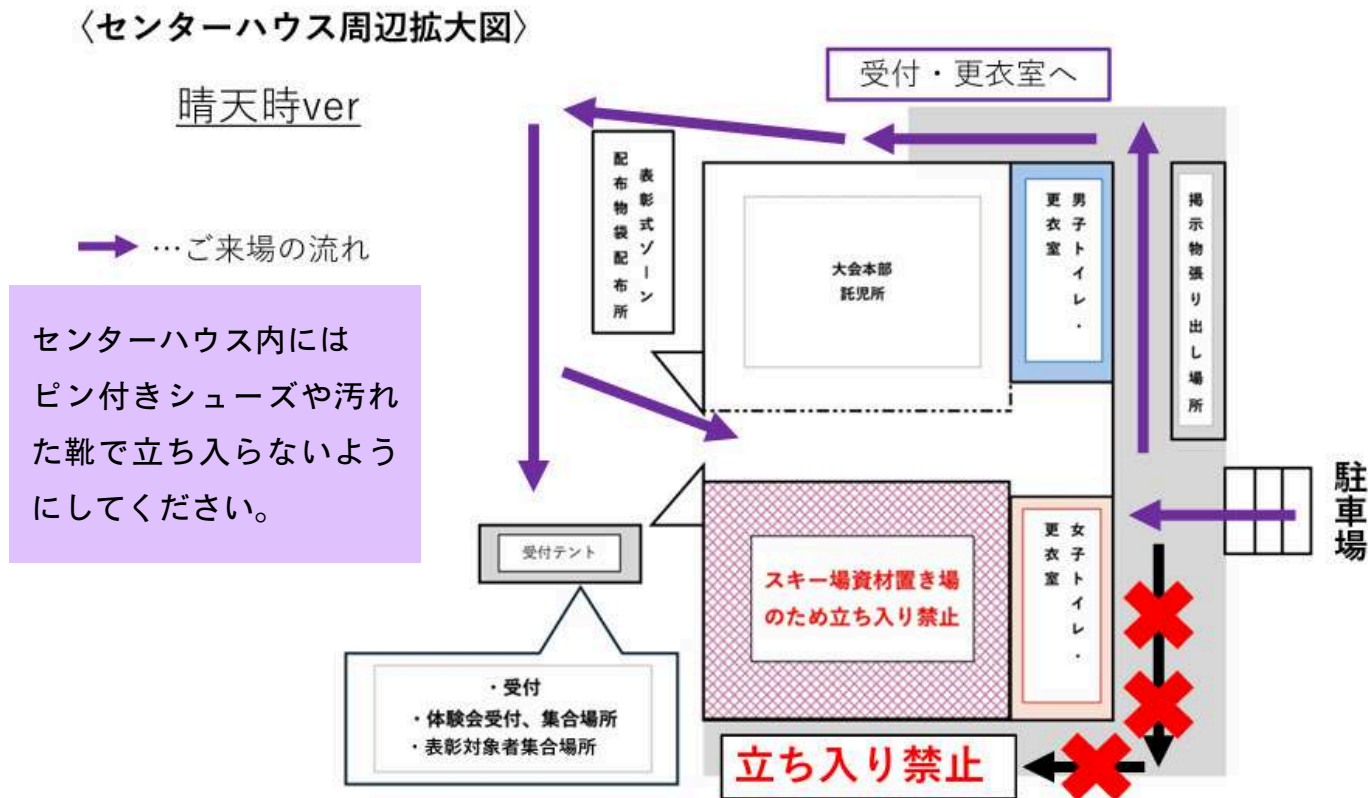


# 会場

## 会場：八千穂高原スキー場

### 開場・閉場時間

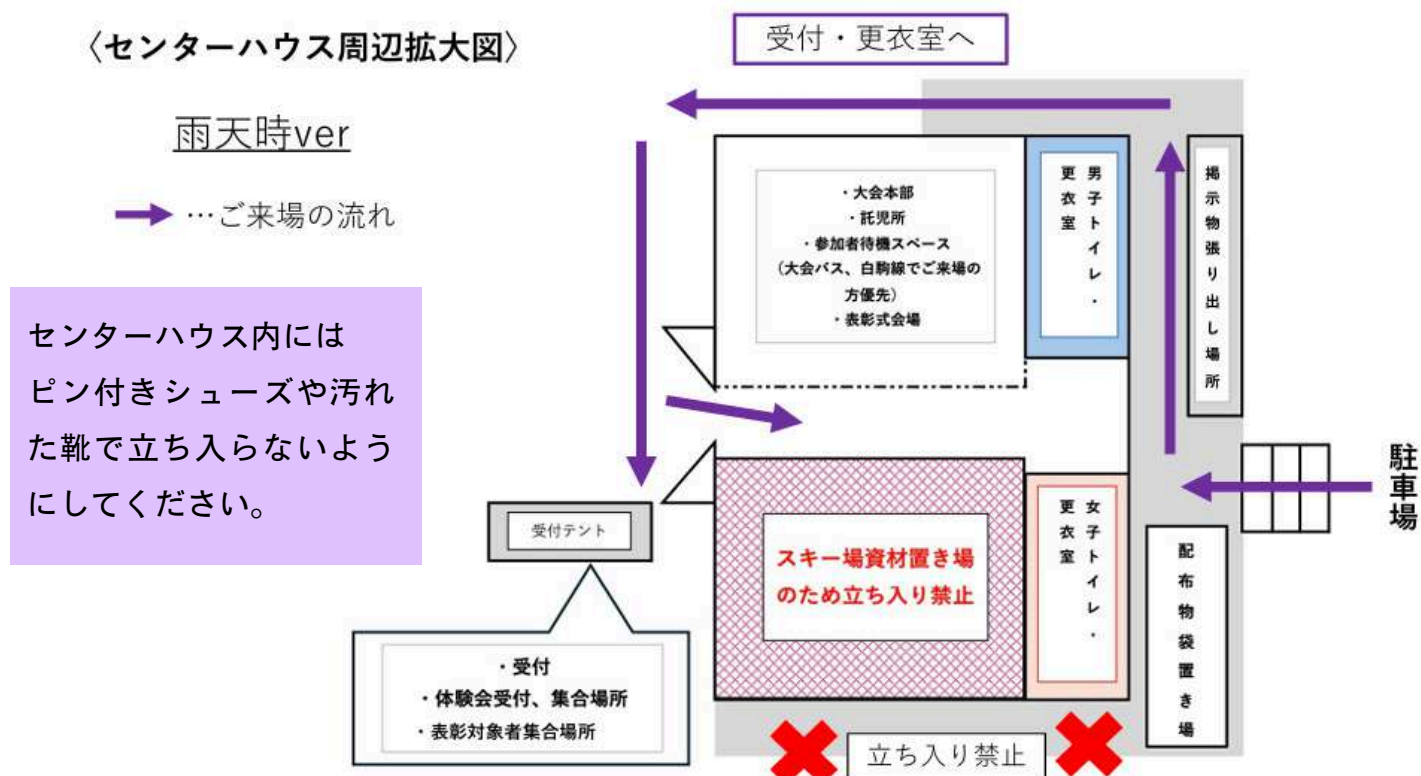
会場の開場時刻は9:00、閉場時刻は17:00です。



### 雨天時の会場について

雨天時の場合は大会公式掲示板でお知らせいたします。

雨天時には自家用車でお越しの方々には、荷物をなるべく車の中に積んでおいていただくなど、限られた屋内のスペースを有効に利用できるようにご協力をお願いします。





## 配布物袋

配布物袋置き場は会場にあります。位置は会場案内図のセンターハウス拡大図をご参照ください。晴天時と雨天時で場所が変わりますのでご注意ください。配布物袋の中には、

- ゼッケン
- バックアップラベル
- 協賛をいただいた企業様のリーフレット
- レンタルEカード（事前に申し込みのあった方のみ）
- エントリー不備通知用紙（エントリー時に不備があった方のみ）
- 返金通知用紙（対象者のみ）
- 前日大会・本大会両日参加特典（両日参加者のみ）
- 購入地図引換券（事前に申し込みのあった方のみ）
- 物販引換券（事前に申し込みのあった方のみ）が入っています。

また、ランダムでkitahefu様のサイトで利用できる割引券を封入しております。封入されていた方はラッキーです！ぜひご利用ください。

## 更衣室

男子更衣室・女子更衣室はどちらもセンターハウスの中にあります。位置は会場案内図をご参照ください。更衣室の中に荷物を置くことはできません。屋外の参加者待機所をご利用ください。

## お手洗い

お手洗いは更衣室の奥にあります。

## 公式掲示板・スタートリスト

駐車場からセンターハウスへと続く階段を上った先の右手側に掲示しております。会場案内図の掲示物張り出し場所の位置をご参照ください。

## 売店

会場の売店ゾーンにて、地元の方によるキッチンカーが出店予定です。地域の食をぜひご堪能ください。また、オリエンテーリング用品の販売店も出店予定です。

## 託児所

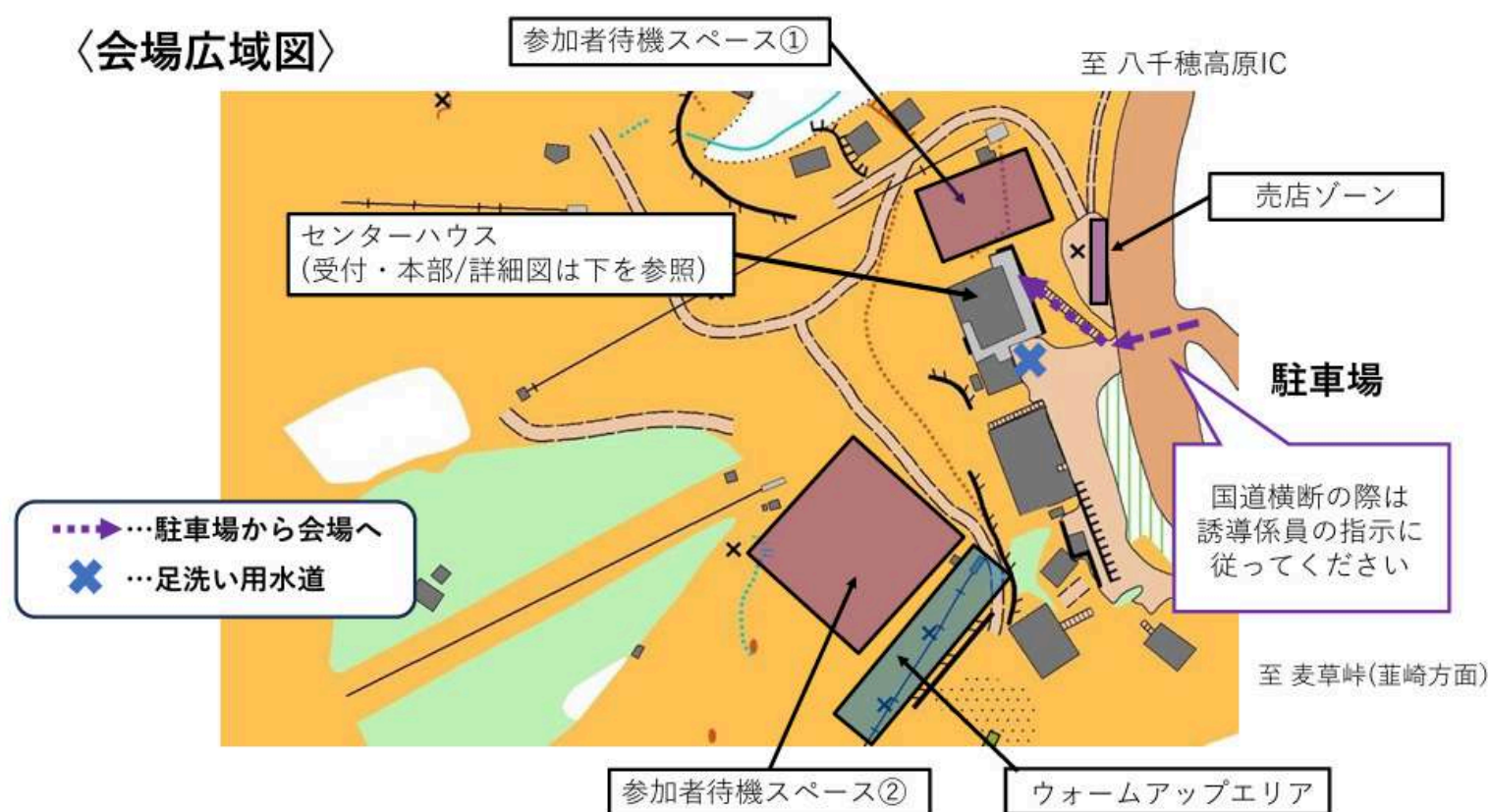
会場内に託児所を設置いたします。保護者の方が出走している間、役員がお子様をお預かりいたします。ご利用になりたい方は、当日受付にてお申し出ください。不安な点や相談しておきたいことなどございましたら、大会メールアドレスまでお気軽にご連絡ください。

## 出走前チェック

- 受付付近にアクティベートユニットを設置します。スタート地区に向かう前に必ずEカードの動作確認を行ってください。
- ゼッケンは必ず体の前面に四隅を固定して着用してください。

## 参加者待機スペース

青空会場です。会場内に2箇所ご用意しています。どちらのスペースにも四隅に立て看板を設置いたしますので、その中をご利用ください。テントをご利用する際のペグ打ちは可能ですが、一部地盤が硬い部分がございますのでご注意ください。



## ウォームアップエリア

参加者待機スペース②の奥にご用意しております。詳しくは会場広域図をご参照ください。四隅に看板を設置しますので、その中をご利用ください。狭くなっておりますので、衝突等に気をつけて、譲り合ってください。

## 表彰式

各クラス上位の方々を表彰し、表彰状と協賛企業各社からいただいた賞品等を贈呈します。表彰対象は、ME/WE クラスは上位 6 名、その他クラスは各クラス上位 3 名とします。Nクラスは上位 3 つのチームに、各チーム 1 枚の表彰状をお渡しします。なお、全クラスにおいて競技時間超過の場合は表彰対象となりません。

協賛品紹介は14:45ごろから、表彰式は15:00から行います。表彰式開始時刻が近づきましたら表彰対象の方をアナウンスでお呼びしますので、受付周辺にお集まりください。

表彰対象者のうち、表彰式にご参加できない方は事前に賞状と景品をお渡ししますので、受付までお越しください。

## 注意事項

- ゴミは各自でお持ち帰りください。
- 足を洗うための蛇口が1箇所ございます。1箇所しかないため混雑が予想されます。位置は[会場広域図](#)をご参照ください。
- ゼッケン用の安全ピンは配布物袋に封入しておりませんので、各自でご用意ください。受付にて4本1組100円で販売いたしますが、数には限りがございます。



# 申込・受付

## My E カードを忘れた場合・E カードの番号変更申請

当日My E カードを忘れた場合、受付にて500 円をお支払いの上、レンタルEカードをお受け取りください。枚数には限りがございます。レース後にEカード読み取り所（以下計セン）にてご返却ください。

また、Eカード番号に変更がある方は、受付にてお申し出ください。

※貸し出したEカードを破損・紛失した場合、実費を頂戴いたします。

## コンパス・クマ鈴貸出

数が少量となっております。なお、貸し出し時に保証金として各2000円をお預かりいたします。大きな破損や紛失、返却忘れ等があった場合、保証金をお返しすることはできません。ご使用後は受付にて返却をお願いします。

## 代走申請

代走は6月7日（金）正午までに下記のGoogle formにて申請してください。記入されたメールアドレス宛に代走の可否を連絡いたします。代走の場合は表彰対象外となり、成績は参考記録となります。なお、エリートクラス以外のクラスで代走を認めますが、代走者が希望するコースに見合った実力を有さず、出走は危険であると競技責任者が判断した場合は代走を認めないことがあります。また、男性クラスへの女性の出走は可能ですが、女性クラスへの男性の出走は原則として認めません。

第46回東大OLK大会 代走申請Google form

<https://forms.gle/WEAv8JpcrcZBEkhN8>

## エントリー不備、返金対応

配布物袋の中にエントリー不備通知用紙が入っていた方は、受付へお越しくください。参加費が未納または不足している方は、その金額のお支払いをお願いします。エントリーの重複などにより過剰なお支払いがあった場合は返金を行います。

また、今回MEの定員を超えるエントリーがあったため選抜をさせていただきました。選抜されなかった方にはM21Aに出走していただきますが、その際参加費の差額の1000円を返金いたします。こちらも配布物袋の中に通知用紙がございますので、受付までお持ちください。

## 日学賛助会員の方へ

2024年度の日本学連賛助会員の方には受付内の物販エリアでスタート閉鎖後（13:30）より全コントロール図を無料でお渡しします。

なお、日本学連賛助会員登録・更新は[こちら](#)から行うことができます。

## 欠席者の地図のお渡し・地図販売

スタート閉鎖後（13:30）から受付内の物販エリアにて欠席者の地図のお渡し、及び地図販売を行います。お帰りの時刻などのため、お早めに欲しい方は受付でお申し付けください。

コース図：500円/1枚 ※全クラス取り揃えております

全コントロール図：800円/1枚

数に限りがありますので、お早めにお買い求めください。

## 大会Tシャツ・グッズ販売

スタート閉鎖後から受付内の物販エリアで、大会Tシャツの当日販売を行います。数に限りがございますので、お早めにお買い求めください。

TシャツはSサイズ、Mサイズ、Lサイズ、XLサイズ各1500円です。

また、事前販売のTシャツ・クリアファイルのお渡しもスタート閉鎖後より行います。

封入されている物販引換券と現金をお持ちになって物販エリアまでお越しください。

## 日本代表への募金箱

JWOC2024に、東大OLK所属・東京大学2年の梶本和が出場します。梶本の遠征費用の募金を受付にて行ってまいります。ご支援のほどよろしくお願いたします。

夢のある走りが  
お見せできるよう、  
頑張ります！



# 競技情報

## 競技形式

個人によるポイントオリエンテーリング

ロング・ディスタンス競技

EMIT電子パンチング計時システムを使用（My E カード使用可能）

コントロール位置説明 ISCD2024準拠

## 使用地図

「八千穂高原～幾星霜、颯を望む～」 2024年 東大OLK作成

ISOM2017-2準拠

等高線間隔 5m

縮尺 1:10000を使用（一部クラス1:7500）

地図サイズ B4（一部クラスA4）

## トレインプロフィール

日本一の白樺群生地と謳われる八千穂高原の約1500～1800mに位置する日本有数の標高を誇るトレインである。トレインは中央を南北方向に走る国道によって二分されており、西側は緩やかな東向き斜面、東側は急峻な北向き斜面で構成される。森林には主にカバノキとカラマツが広がっており、広範囲にわたってササによる下草が広がっている。下草はその背丈や密度によって、走行可能度は幅広い。また岩やれき地が散在し、ところにより著しく走行可能度の下がる箇所がある。藪や下草がなく、平らな、著しく走行可能度の高いエリアも存在する。小径や切り開きなどの線状特徴物や水系は少ない。微地形はほとんどなく、大きな地形を捉えることが求められる。



サンプルマップ

サイズは150m×150m



## コースプロフィール

上級者クラスは、足元の状態・傾斜・景色などの表情を次々と変えるトレインに対応するため、スピードや集中力を常にコントロールし続けることが求められる。同時に、高いナビゲーション技術と、長い距離を走り抜く体力が要求される。自身の走り、ナビゲーションを切り替えながら、様々なトレインの魅力を堪能してほしい。

中級者クラスは、道を辿るだけでなく、短いレグで方向を維持してコントロールに到達する技術や、尾根などの線状特徴物を辿る技術が要求される。

初級者クラスは道や切り開きを辿るのを主としたコースである。適切に道を辿り、コントロールに到達する過程を楽しんでほしい。

## 競技規則

日本オリエンテーリング協会の定める競技規則類に準拠（以下のリンク参照）

<https://www.orienteering.or.jp/rule/>

## 競技規則逸脱事項

以下の事項はイベントアドバイザーの承認を得ています。

- 12.2 ロング・ディスタンス競技の地図縮尺は 1:15000 または（イベントアドバイザーが承認すれば）1:10000 とする。（以下略）  
→使用する地図の縮尺は1:10000または1:7500とします。
- 13.8 コース毎の優勝設定タイムは、『日本オリエンテーリング競技規則および関連規則類の運用に関するガイドライン』で定める。  
→優勝設定タイムは、上記ガイドラインから最大20分程度短縮しているクラスがあります。

## 特殊記号

本大会の地図には、以下のような地図記号が使用されています。

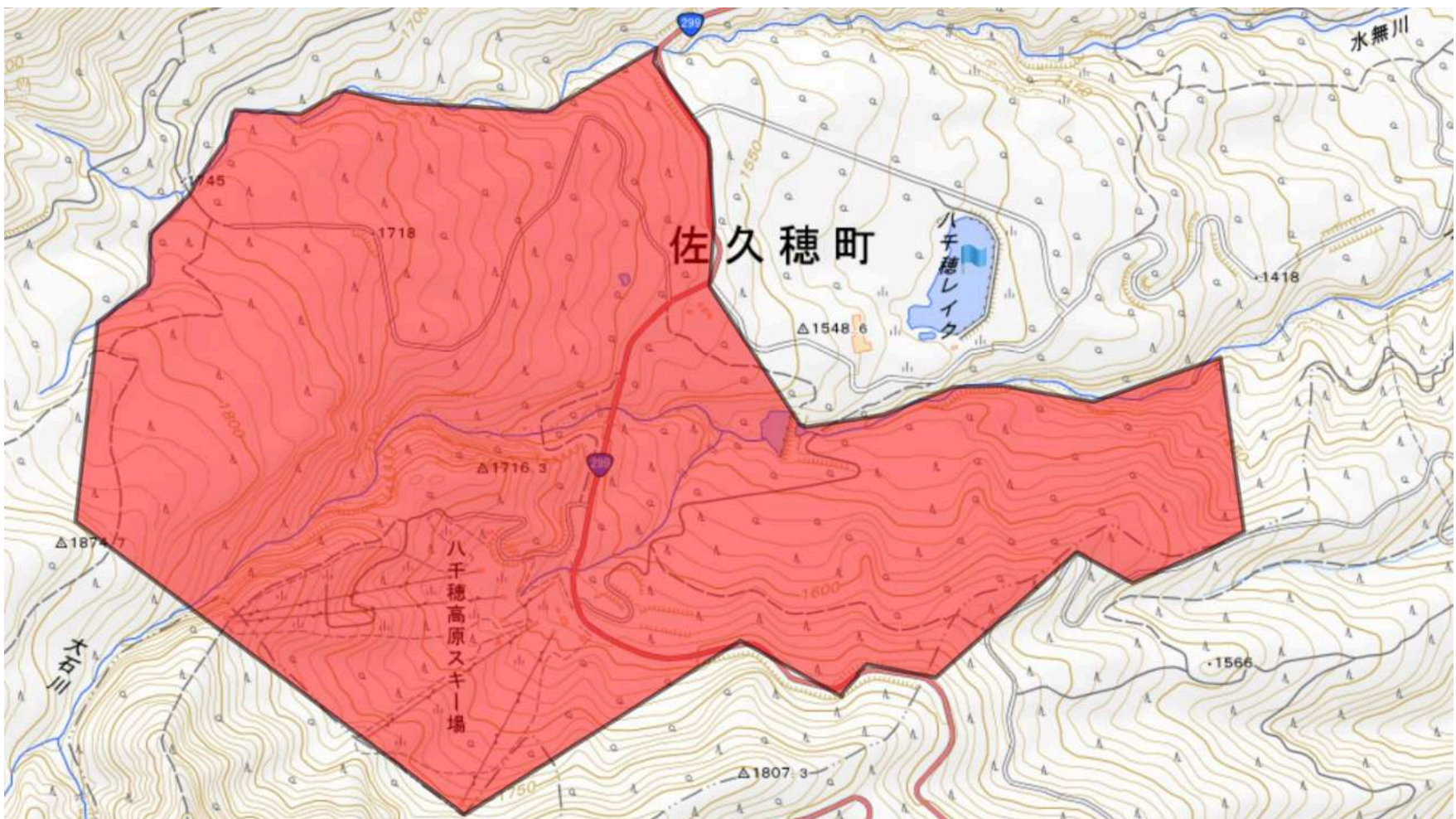
- ✕ 419 目立つ倒木の根
- 528 パイプライン
- 530 炭焼き窯あと
- ✕ 531 小さな人工特徴物（看板、土管、水道関連構造物）

## ISOM逸脱事項

- すべてのコースで地図上の判読性確保のため、「712 救護所」「713 給水所」を80%の大きさに縮小しています。また実際の位置から少しずらしている箇所があります。
- 一部コースで地図上の判読性確保のため、「704 コントロール番号」を80%の大きさに縮小している箇所があります。
- 2.11.3の最小間隔よりも間隔が短く特徴物が描かれている箇所があります。

## 立入禁止区域

本大会当日まで以下の競技エリア（下図で赤く塗られた範囲）へのオリエンテーリングを目的とする立入を禁止します。なお、立入禁止区域のオリエンテーリング目的以外での通行または範囲内の各観光施設の利用は妨げません。



地理院地図を加工して使用

## 気象情報

過去5年の佐久観測所（標高683m）の大会日における気温・降水量は以下の通りです。  
現地はこれよりも約1000m標高が高く、気温が下がることにご留意ください。

	最大雨量 (mm/h)	合計雨量 (mm)	最高気温 (°C)	最低気温 (°C)
2023年	5.5	14.0	20.0	14.8
2022年	5.0	9.5	23.9	12.6
2021年	0.0	0.0	28.5	10.6
2020年	0.0	0.0	32.9	14.6
2019年	2.0	5.0	16.8	12.7

気象庁データを使用

## 調査依頼

調査依頼がある場合は、受付にある所定の用紙に記入の上、受付に提出してください。  
調査依頼に対する競技責任者の回答は、依頼者に通知するとともに会場にある公式掲示板に掲載いたします。締切はスタート閉鎖後30分後の14:00、またはフィニッシュ後30分後のいずれか遅い方です。

## 提訴

調査依頼に対する競技責任者の回答に納得できない場合、提訴することができます。  
提訴は調査依頼の回答通知後、15分以内に受付にて所定の用紙に記入の上、受付に提出してください。  
提訴に対する回答は、裁定委員が行います。回答は、依頼者に通知するとともに会場にある公式掲示板に掲載いたします。裁定委員による裁定を最終判断といたします。  
裁定委員は、大会当日の朝、公式掲示板に記載します。



## クラス

競技時間は**ME、WE、M21A1/2/3、W21A：150分**、その他のクラス：**120分**です。

フィニッシュ閉鎖時刻は**15:30**です。

競技時間内に帰還していない競技者は検索対象となります。競技時間が過ぎたら速やかにフィニッシュに向かってください。

参加区分	男性クラス					女性クラス					地図縮尺
	クラス	コース番号	距離	登距離	優勝設定時間	クラス	コース番号	距離	登距離	優勝設定時間	
エリート	ME	1	9.2km	460m	70分	WE	2	6.6km	310m	65分	1:10000
上級	M21A1	3	7.5km	345m	65分	W21A	6	5.3km	250m	65分	1:10000
	M21A2	4	7.2km	320m	65分						1:10000
	M21A3	5	7.4km	360m	65分						1:10000
	M20A	9	5.3km	205m	50分	W20A	10	4.2km	175m	50分	1:10000
	M35A	11	5.5km	220m	55分	W35A	12	4.3km	180m	50分	1:10000
	M45A	17	4.5km	170m	45分	W45A	7	3.4km	200m	45分	1:10000
	M55A	7	3.4km	200m	40分	W55A	8	2.8km	125m	45分	1:7500
	M65A	8	2.8km	125m	40分	W65A	18	2.3km	115m	50分	1:7500
	M75A	18	2.3km	115m	40分	W75A	18	2.3km	115m	50分	1:7500
	M18A	15	3.1km	150m	35分	W18A	16	2.5km	110m	35分	1:10000
	M21AS	7	3.4km	200m	50分	W21AS	8	2.8km	125m	40分	1:10000
中級	M15	14	2.1km	75m	30分	W15	14	2.1km	75m	35分	1:10000
	MB	14	2.1km	75m	45分	WB	14	2.1km	75m	40分	1:7500
大学生新人	MF	14	2.1km	75m	20分	WF	14	2.1km	75m	25分	1:10000
初級	M12	13	1.3km	10m	30分	W12	13	1.3km	10m	30分	1:7500
	N	13	1.3km	10m	30分						1:7500

- クラス表で赤枠で囲まれているクラスのスタート地区は第1スタート地区です。囲まれていないクラスのスタート地区は第2スタート地区です。
- M21Aクラスの出走者が多数となったため、当該クラスを3つに分割します。
- 初級クラス（M12/W12/N）のコントロール位置説明は、スタート2分前に配布するものは記号で、地図上のものは日本語で書かれています。

# 安全対策

捜索時や有事の際に運営者が笛を吹くことがあります。笛の音が聞こえたらすみやかに笛の音の方向へ向かってください。身動きが取れない場合には、大きな声や笛で居場所を知らせてください。

## トレイン内の動物と推奨装備・服装

- ・クマ：クマ鈴
- ・ハチ：明るい色の服装
- ・マダニ：マダニ対応の虫よけ（ディート成分配合）の使用並びに長袖長ズボンの着用

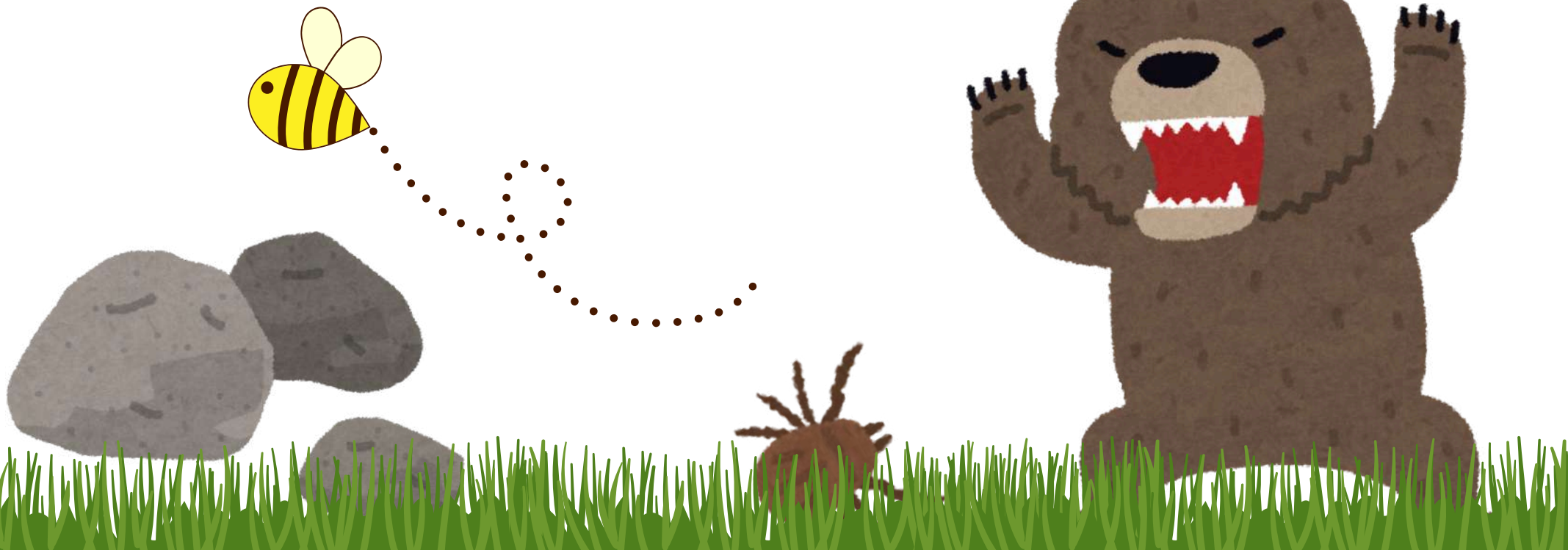
## けがについて

オリエンテーリングは自然環境に左右されるスポーツであり、競技の特性上、以下に記すような様々なリスク・トラブルが発生する可能性があります。大会参加同意書の内容をよく理解した上で大会に参加いただくようお願いします。

- ・野生動物との遭遇
- ・転倒や外傷
- ・熱中症や脱水症状、低体温症
- ・落枝・落石・倒木・土砂崩れ

本トレインはれき地や下草が多く、転倒、捻挫や打撲等のリスクがあります。特に雨天時は足元にご注意ください。

推奨装備：すね当てや捻挫防止用のテーピング、笛



## 道迷いについて

**競技時間内にフィニッシュへ到達するよう意識してください。**フィニッシュ閉鎖時刻以降は、競技エリア内にあるコントロール等の設置物や救護所・フィニッシュ地区が撤収されます。フィニッシュ閉鎖後もフィニッシュを通過していない競技者がいた場合、運営者による捜索を行います。またフィニッシュ閉鎖前でも、競技時間を大幅に越えている競技者を捜索する場合があります。

現在地がわからなくなった場合、**既に通ったコントロールや救護所**などわかる場所に向かって現在地を把握するよう努めてください。現在地がわからない場合、コントロールなどで待機していると、他の競技者が通る可能性があります。**トレインを南北方向に縦断する国道**に出ることで現在地の把握、会場への帰還が可能です。競技時間内にフィニッシュに到達できない場合は、地図に描いてある緊急連絡先に連絡するか、最寄りの有人地点に立ち寄り、暗くなる前に国道や主要な林道へ出てください。

競技エリアの東端、西端の一部に遭難防止のための黄色テープを設置します。スズランテープを越えて進まないでください。このテープの地図上の位置は、実際のテープの位置を厳密に示していません。

初心者や定期的にオリエンテーリング競技を行っていない方は、**携帯電話を携帯しての出走**を推奨いたします。なお、競技中の**ナビゲーション目的での使用は固く禁止**します。トレインの一部で電波が届きにくいいため、予め地理院地図等を地図アプリ等にてダウンロードしておくことを推奨します。

## 保険について

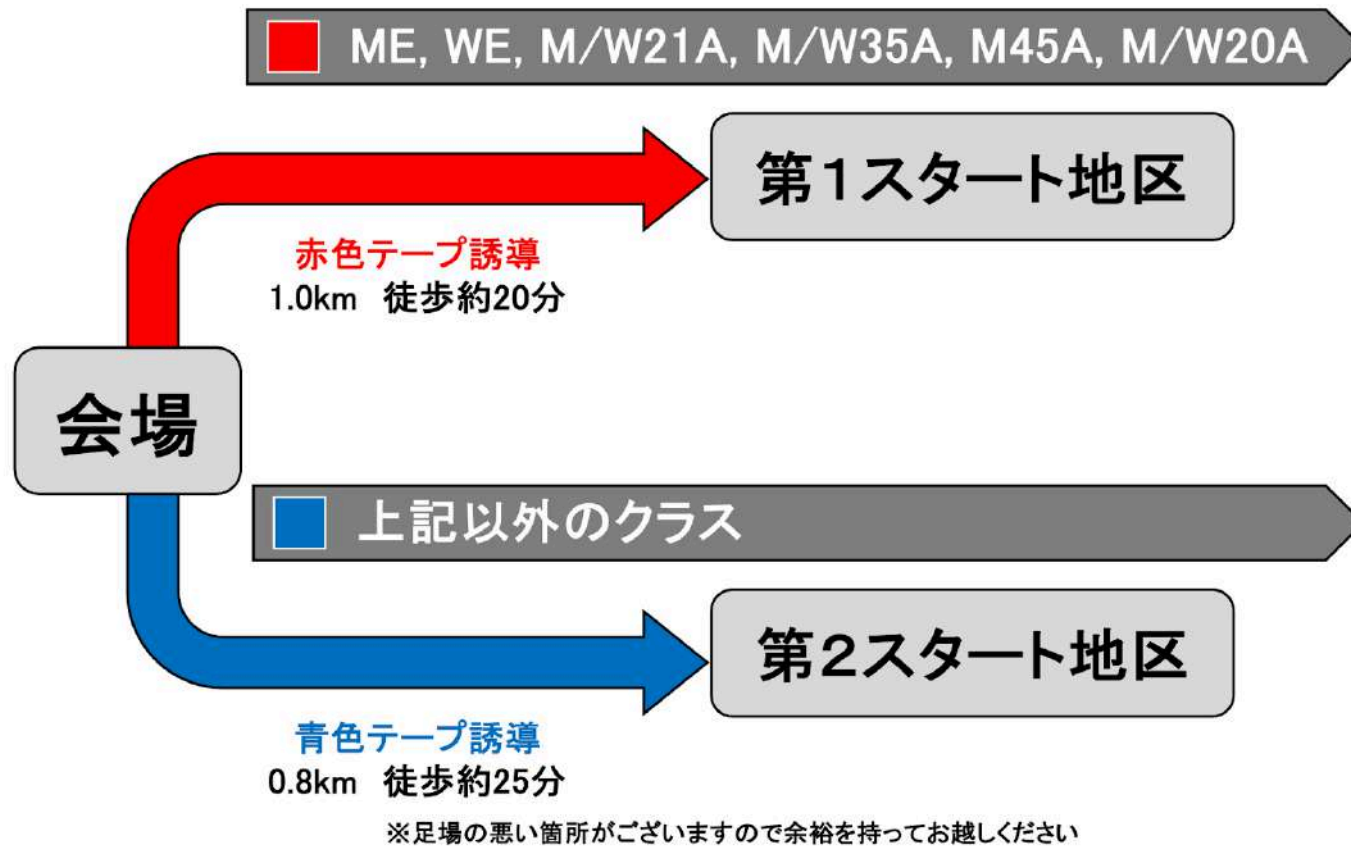
本大会ではレクリエーション保険と国内旅行保険に加入しております。大会中の怪我や熱中症、物損事故等ございましたらお申し出ください。



# スタート

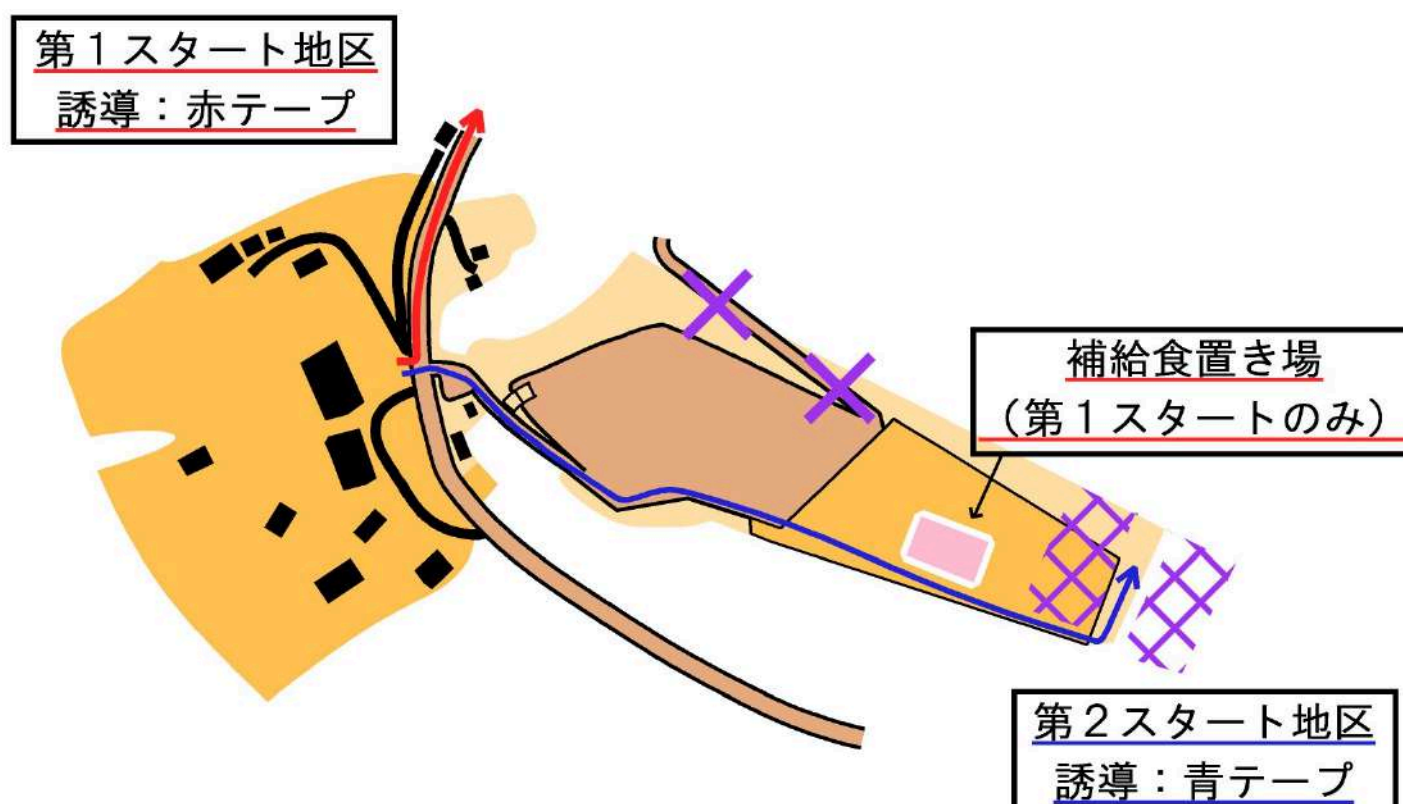
## スタート地区までの誘導

スタート地区は2カ所あります。ご自分の出場クラスのスタート地区にお越しください。



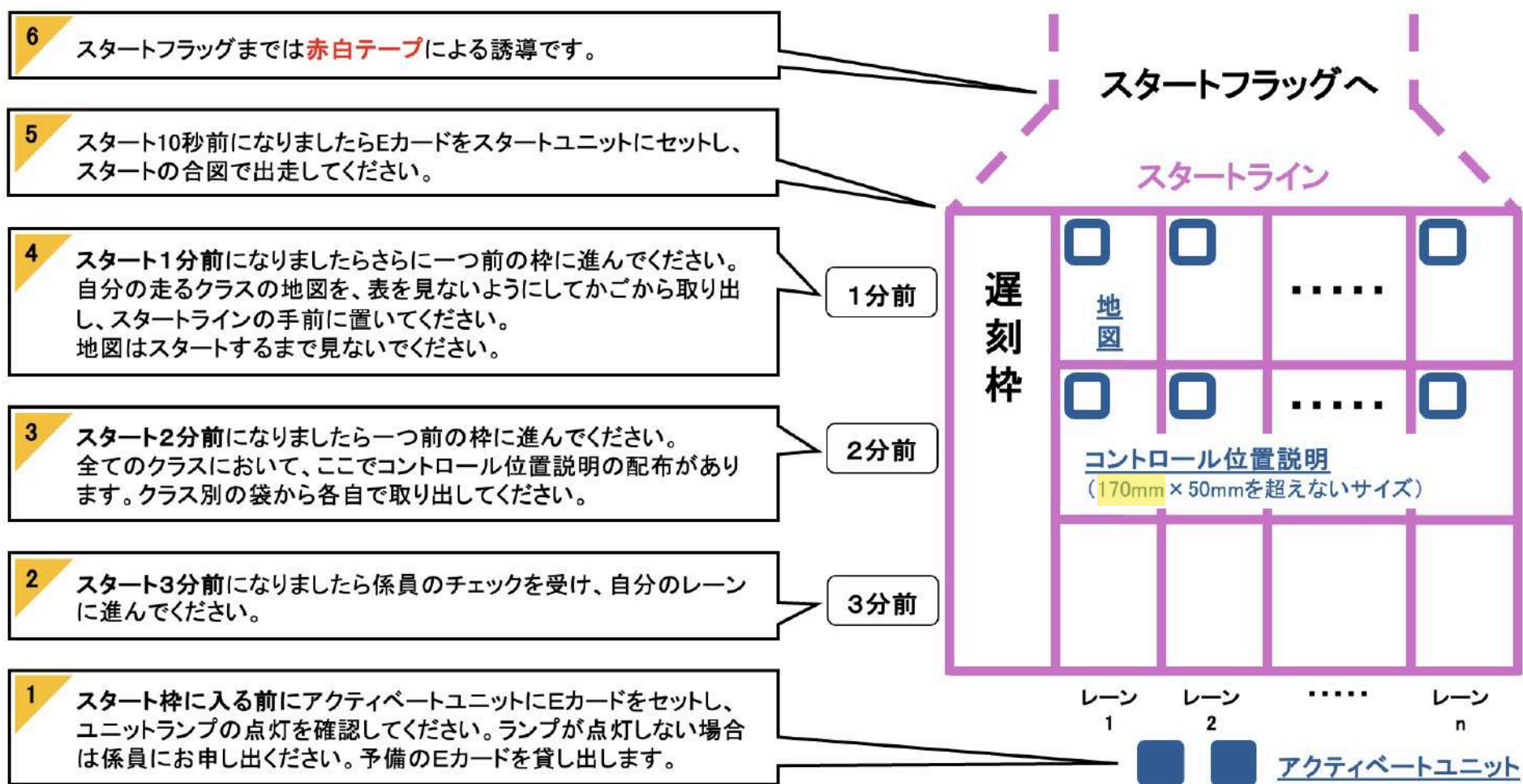
- 水道管が露出している箇所がありますので、傷つけないよう注意して通行してください。
- 道路を横断する区間や競技中の参加者と近接する区間では、運営者の指示に従ってください。
- 誘導途中でウォームアップを行う際は、周囲の交通や競技者に注意して行うようにしてください。

## 駐車場レイアウト

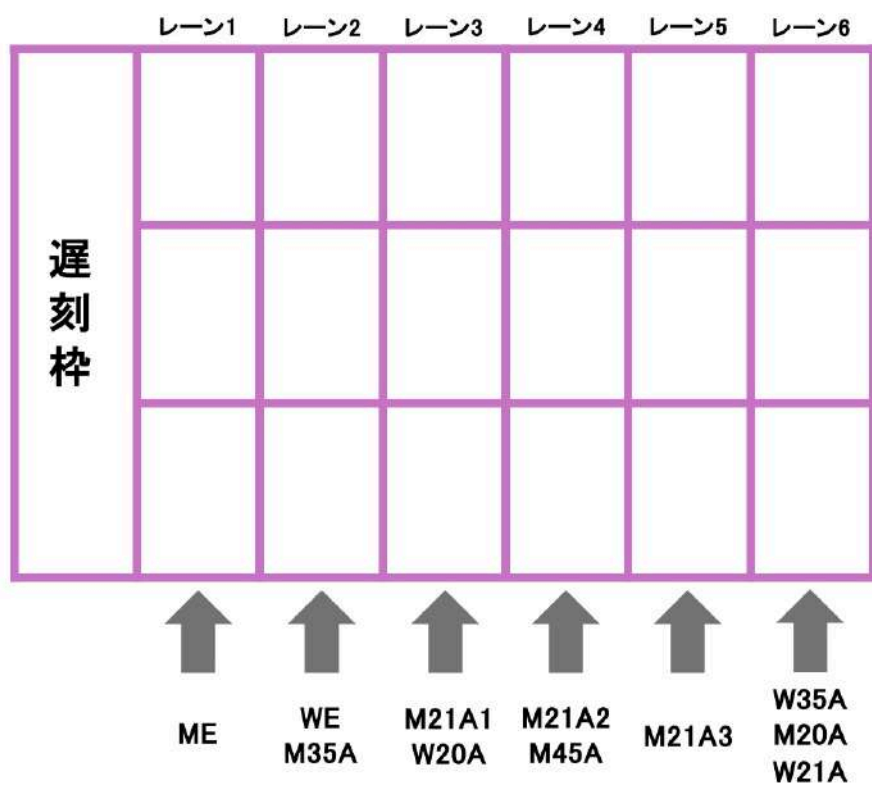


# スタート地区レイアウト

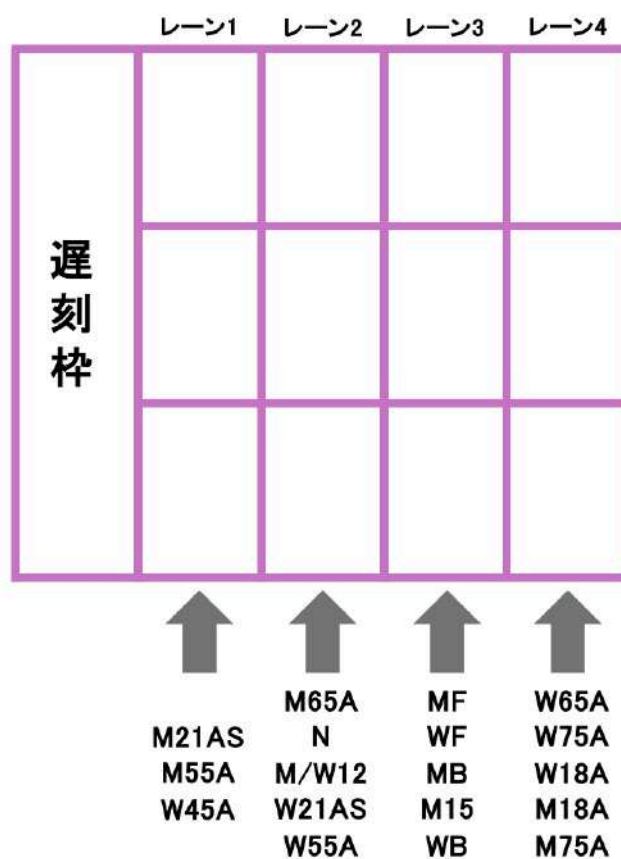
## <第1・第2スタート地区共通>



## 第1スタート地区



## 第2スタート地区



- スタート地区には給水があります。
- 防寒着の回収および会場への輸送は行いません。
- スタート地区周りのウォームアップエリアは狭いため、事前にウォームアップを済ませておくことを推奨します。

# 競技中

- EMIT社の電子パンチング計時システム（Eカード）を使用します。1番コントロールから順に回り、ユニットにEカードをパンチしてください。
- 同じ番号のコントロールを続けて2回以上パンチした場合、最初のパンチのみが記録されます。
- 途中で間違ったコントロールでパンチしても正しい順番で回ったことが確認できれば完走と認められます。間違ったコントロールでパンチした場合は、その後正しいコントロールでパンチしてください。

## 使用するテープの種類

スタート	赤テープ	会場から第1スタート地区まで
	青テープ	会場から第2スタート地区まで
競技中	赤白テープ	競技中全クラス
	赤テープ	競技中M/W12,MF/WF,Nクラスのみ
	黒黄テープ	危険箇所・立入禁止
	黄テープ	遭難防止テープ
フィニッシュ	紫テープ	フィニッシュ地区から計センまで

## 競技中の救護義務

けが人等を発見した場合は、速やかに場所・状況等をお近くの係員にお知らせください。けが人の救助は競技よりも優先してください。

## トレイン内の危険事項

- 遭難時や怪我による走行不能時に自分の居場所を知らせるため、**笛**の携帯を推奨します。
- 競技エリア内でクマの目撃情報があります。**クマ鈴**の携帯を推奨します。
- すべてのクラスでれき地を通過する可能性があります。れき地の中には、不安定な足場や深い穴があります。また雨天時には非常に滑りやすくなります。
- 危険な崖・有刺鉄線があります。一部には注意喚起のため**黒黄テープ**を貼ってありますのでテープ内には立ち入らないでください。なお地図上に708（立入禁止の境界線）の記載がない箇所もございます。



## 車道の横断・走行について

- 第1スタート地区からスタートするクラスの競技者は必ず、車両の通行する道路を横断・走行します。
- 横断地点には現地に役員が立っています。役員の指示に従い、また自身で安全を確認してから横断してください。**役員のいない箇所での横断を禁じます。**
- 道路の走行の際は、道路の片側に寄ってください。他の競技者の追い越しは可能ですが、安全を確認してから追い越してください。

## 救護所・給水所

	第1スタート地区のコース (ME,WE,M/W21A,M/W35A,M45A,M/W20A)	第2スタート地区のコース (その他のクラス)
給水所	複数あり(無人・有人) 補給食置き場1か所	複数あり(無人)
救護所	競技エリア1か所(給水可) フィニッシュ1か所(競技中の給水不可)	フィニッシュ1か所(競技中の給水不可)

- 救護所には簡易的な救護セットと係員を配置します。
- 給水所・救護所ともに、ルートによっては通過しない可能性があります。
- コースによって地図に表記のない給水所があります。その給水所での給水は妨げません。

## 補給食置き場について

第1スタート地区のクラスは、レース中盤に、駐車場内を誘導にて通過するため、駐車場内の補給食置き場を利用できます。スタート前に補給食等を置くことができ、また駐車場内の誘導路を確認できます。なお、大会運営による給水も設置します。場所は「[スタート](#)」(P.24)を確認してください。

## 注意事項

- 液晶付Eカードを使用した場合、コントロールに表示されているコントロール識別番号と異なった番号が液晶に表示されることがあります。正しい番号はコントロールに表示されているコントロール識別番号です。
- ピン付きシューズは使用可能です。ただし、クラスによっては舗装区域を走る区間が存在します。
- GPS機能を有するデバイスは、通信やナビゲーションに使用しない限り携帯を許可します。地図や距離を表示できるデバイスは、画面にテープを貼るなど、競技中に見られない状態にしてください。

# フィニッシュ

## ラストコントロールからフィニッシュまで

ラストコントロールからフィニッシュまでは赤白テープ誘導です。従わなかった場合、失格となりますのでご注意ください。

全クラスパンチングフィニッシュです。Eカードをフィニッシュユニットにパンチした時点で競技終了として計時します。フィニッシュユニットにパンチしなかった場合失格となりますので、必ずパンチしてください。

## 給水

フィニッシュ地区では給水としてミネラルウォーターの配付を行います。競技終了後、役員の指示に従って一人一本ずつお取りください。

## Eカードの読み取り

Eカードの読み取りはフィニッシュ地区では行わず、計センで行います。フィニッシュ地区から計センまでは紫テープで誘導がございます。レンタルEカードは読み取り時に回収いたします。

## 地図回収

地図は計センにて回収します。スタート閉鎖時刻（13:30）前にフィニッシュされた方は、役員の指示に従って地図にクラス、名前、所属を記入の上、該当するクラスの箱に入れてください。地図の返却はスタート閉鎖後、会場内の配布物袋置き場にて行います。

## フィニッシュ地区から会場まで

フィニッシュ地区から会場までは徒歩25分です。途中駐車場内の通行及び車道の横断がありますので、周囲の車に十分注意してください。

## 注意事項

フィニッシュ閉鎖は**15:30**です。

競技が終了していない場合にも必ずフィニッシュを通過してください。15:30までにフィニッシュの通過が確認されなかった場合、未帰還者として検索対象となります。万が一フィニッシュを通過せずに会場へ戻られた場合は必ず会場受付までお申し出ください。

# 体験会

開催日程：2024年6月9日（荒天中止・小雨決行）

開催場所：八千穂高原スキー場（本大会会場）

駐車場：八千穂高原スキー場駐車場

実施時間：10:00～15:00 ※最終受付14:30

参加費：無料 ※本大会にエントリーされている方は500円

持ち物：飲み物・タオル・動きやすい恰好

## <体験会の流れ>

- オリエンテーリングの説明・コンパスを使った正置ゲーム【計15～25分程度】

※大人の方は説明の後すぐ、体験レースに移っていただいても構いません。

- 体験レース【1レースにつき30分まで】

### ①こどもむけコース（小学校低学年用）

約400～500m

### ②初心者向けコース（小学校高学年～大人用）

約600～700m

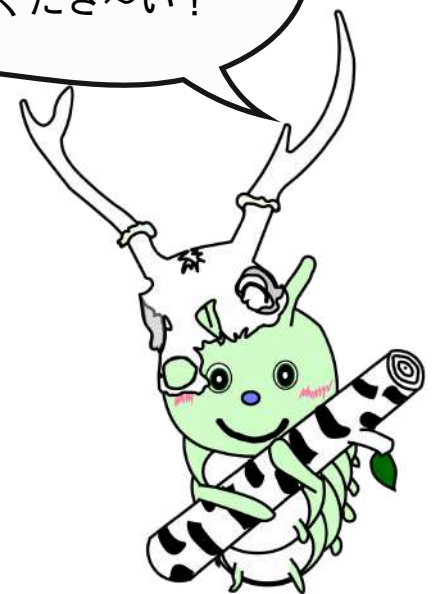
参加された方には  
景品を用意しております♪  
ぜひご参加くださ～い！

ご家族で、ご友人同士でお気軽にお越しください！！

- 小さなお子様でも保護者の方と一緒に回ることができます！
- どなたでもグループで回ることができます！
- コースは何回でも回っていただいても構いません！
- 2種類のコース、どちらも体験することが可能です！

※本体験会ではレクリエーション保険に加入しています。

体験会中の怪我や熱中症等ございましたらお申し出ください。





# 大会役員紹介

大会責任者	石川 翔太	(東京大学2022年度入学)
運営責任者	吉田 聖悟	(東京大学2022年度入学)
競技責任者・コース設定者	栗田 稜也	(東京大学2022年度入学)
渉外責任者	和田 向日葵	(法政大学2022年度入学)
調査責任者	泉浦 旭秀	(法政大学2022年度入学)
作図責任者	山口 颯大	(東京大学2022年度入学)
イベントアドバイザー	宮嶋 哲矢	(千葉大学2017年度入学)
渉外責任者補佐・広報責任者	砂田 優萌子	(お茶の水女子大学2022年度入学)
調査責任者補佐	遠藤 浩明	(東京大学2022年度入学)
作図責任者補佐・会場パートチーフ	山中 望	(お茶の水女子大学2022年度入学)
会計責任者	吉田 晃平	(一橋大学2022年度入学)
資材責任者	丹治 聖陽	(一橋大学2022年度入学)
エントリー責任者	一条 理央	(十文字学園女子大学2022年度入学)
大会HP責任者・検索責任者	宮田 鈴子	(お茶の水女子大学2022年度入学)
スタートパートチーフ	松井 俊輔	(一橋大学2022年度入学)
競技者救護パートチーフ	井村 真岳	(東京大学2022年度入学)
フィニッシュパートチーフ	兼子 照実	(実践女子大学2022年度入学)
計センパートチーフ	奥村 尚史	(明治大学2022年度入学)
バスパートチーフ	本間 皓大	(東京大学2022年度入学)
交通パートチーフ	佐々木 奏太郎	(東京大学2022年度入学)
体験会パートチーフ	佐野 勇仁	(法政大学2022年度入学)
演出パートチーフ	松塚 乃愛	(お茶の水女子大学2022年度入学)
大会公式キャラクター・ロゴ・Tシャツデザイン	新目 裕亮	(立教大学2022年度入学)

<役員>

新井 悠仁 有本 寧羽 遠藤 陽太 折橋 旺 小野 慶真 河内 絵里香 久保木 航  
小島 優唯 佐藤 優太郎 佐藤 諒平 園部 仁士 内木 睦 橋村 ひな 長谷部 倫太  
平田 千畝 細野 泉 溝端 昭子 三井 健世 弓田 和生 岩鼻 晃樹 小野山 航 木戸 友仁  
小寺 智樹 関和 小菊 安齋 嘉希 生田 真大 宇田 陽介 大石 涼太 大野 栞 大森 寛玖  
梶本 和 角谷 拓海 久米 慧 鈴木 耀太 竹林 茜音 田中 志歩 中島 宗一郎 中村 仁紀  
原 泰也 平松 直也 福田 泰士 牧戸 悠生 町田 千優 三木 菜摘 三宅 峻介 牟田 悠真  
森 彩葉 森下 謙 矢板橋 秋香 山下 大輝 ラファエル 山村 真由 湯地 晶子 渡邊 陽与  
伊能 友紀 岩佐 佳祐 北村 綾夏 工藤 颯人 今 勇翔 田中 統偉 中村 智英 菱沼 大智  
町田 涼介 柳田 心瑠 山口 歩 山越 莉久 山下 直起 山邊 晴登

<調査協力>

伊藤 嵩真 藤原 悠平 小森 直人 長瀬 麻里子

## 連絡先

ご不明な点やご質問等がございましたら、以下のアドレスまでお問い合わせください。

46th☆comp.olk.jp (☆を@に変更して送信してください)



# lehti

## 五感で楽しむハーブティー

長野県・佐久穂町にて自社農園でハーブを栽培、乾燥させて  
ハーブティー製造を行っています。

ハーブそのままの色の美しさ、透明感のある味わいをお楽しみください。



### レティファーム

長野県南佐久郡佐久穂町穂積

◇HP  
<https://lehti-farm.com/>  
◇SHOP  
<https://lehtifarm.thebase.in/>  
◇instagram  
lehtifarm



HP



SHOP



# 信州 たてしなファーム

からだに優しい健康づくりのお手伝い。

信州と自然と風土、そして生産者のたゆまぬ努力が重なって、豊かな農産物が生まれています。信州の優れた農産物を使って加工品を生産する私たちがお届けしたいのは“素材の美味しさの体験”です。



フルーティで  
飲みやすく仕上がりました。

## りんごで作った 飲む酢

お酢は疲労回復やダイエット、抗菌作用や整腸作用など様々な効果が期待されるスーパー調味料。当社はお酢をりんごで作っています。純りんご酢（シードルピネガー）に国産りんごハチミツと静岡産のリンゴジュースとオリゴ糖をブレンド。お酢がちよっと苦手...という方でも飲みやすいようフルーティに仕上げた「飲む酢」。是非一度ご賞味ください。

リラックスタイムに  
シャキッと、  
飲み切り50cc

## 林檎美人

りんごポリフェノール、アップルペクチン、ヒアルロン酸、ローヤルゼリー、りんごセルロースを凝縮しました。

昔の人の言い伝え

「りんご1個で医者いらす」。



ヒアルロン酸Na入り  
機能的表示食品【届出番号H243】



## ノンアル シードル気分

立科町でとれたリンゴで作った、100%リンゴジュースを原料にしてノンアルコール(Alc. 0.00%)シードルに仕上げました。“シードルの気分”でお飲みいただけます。レストラン等でシャンパンの代わりにおしゃれな乾杯用ドリンクとしていかがでしょうか。

## すりおろし

100% りんごジュース

完熟りんごを皮・種・芯を残したまま丸ごとすりつぶし果肉を残すことで、まるでりんごを食べているかの様なフレッシュな味わいが楽しめます。濃縮還元果汁、補糖、香料など余分なものは一切使用しておらず小さなお子様からご年配の方まで幅広くご愛用いただけます。



懐かしい素朴な味わい

## 伽羅路

きやらぶき

無農薬で栽培した良質な山ぶきを、醤油・酒などできやら色に煮詰めました。季節を告げる山菜の自然味あふれる美味しさをお楽しみください。お酒のつまみに、ご飯の



クセになる食感

## やわりんご

リンゴの王様「ふじりんご」を100%使用。最高品質のリンゴをそのまま乾燥させたドライスイーツです。噛めば噛むほどリンゴの芳醇な



素材そのまま健康おやつ

## やわりんご

愛犬用

やわりんごをひとつひとつ小さく加工して、愛犬のおやつを作りました。小さな室内犬でも食べやすい大きさで、愛犬がやみつきになる美味しさです。

**UPPER**  
Oシューズで実績のあるSuperFabric®を採用。破れにくく浸水しにくい高い耐久性と安定性、ホールド感を提供します。

**OUTSOLE**  
ピン付き(STD)とピンなし(RBR)の2タイプをラインナップ。テレインに合わせて選択できます。

**CARBON TECHNOLOGY**  
フラッグシップモデルLUNAはカーボンプレートを配置。エネルギーリターンと安定性を向上させ、ストライドを強化。力を直に伝え、地面を深く掘りグリップ力を高めるだけでなく、足元の保護力も高めます。

# barku

between core and elements

Photo by Barku

O-Supportでは2024年に新たに誕生したオリエンテーリングシューズブランド **Barku (バルク)** の取り扱いを開始しました。

東大OLK大会会場でも販売予定

**O-Support**



O-Supportはおかげさまで15周年。これからもオリエンテーリング界の盛り上げに役立てるようがんばります。





アイルランド代表



ウクライナ代表



sign yourself

JAPAN ORIENTEERING



ポルトガル代表



フィンランド代表



JOA公認ウェア



THE CHAMPION SHIRT of The Japan Inter-Collegiate Orienteering Championships  
日本学生オリエンテーリング選手権大会  
優勝者ジャージ



IOF IOF公式ウェア



ポーランド代表

オリエンテーリングチームウェア作成  
¥5,940円~ (10着以上)  
特急3~4週間で製作可!  
(※追加料金がかかります)

**SIGN**  
sign yourself

SIGNはIOF(国際オリエンテーリング連盟)オフィシャルパートナーです

**SIGN-SPORT-JAPAN.COM**



# ブライトコンパスは 第46回東大OLK大会を応援しています！

## 果実そのままジャム

長野県産の「果実そのままジャム」  
Amazonで大人気販売中

全部で20種類

当大会に賞品として  
提供しています！



「マツコの知らない世界」で紹介



まさに果実そのまま



## inov-8のシューズ販売中

オンラインショップ  
「ブライトコンパスショップ」で販売中



練習会等での出張販売も可能です。ご相談ください。



〒223-0064 横浜市港北区下田町5-41-46-101  
株式会社ブライトコンパス 代表 新田見俊宣  
t.nitami@bright-compass.co.jp



日本学連インタビュー企画

# みちしるべ

## 学生 × 社会人

社会人オリエンティアに素朴な疑問を聞いてみよう!

就活でアピール  
できるの?

卒業後のオリエンテーリングで  
変わったことは?



インタビュー記事はこちらから↓

[https://note.com/o\\_michishirube](https://note.com/o_michishirube)

ポットキャストも配信中です↓

<https://anchor.fm/o-michishirube>

学生インタビュアー随時募集中!興味のある方は日本学連まで

 note



## アスリートとサポートスタッフのみなさんへ。

なぜ、私たちにとって、アンチ・ドーピングの  
知識や活動が必要なのでしょう？

アンチ・ドーピングは、たんに  
「不正する人を見つけ、不当な勝利を防ぐ」ための活動ではありません。

アンチ・ドーピングは、スポーツを成り立たせている  
「みんながフェアであること」を守るためにあります。  
全員がフェアでなければ、そもそもスポーツは成り立たない。  
すべての人が、スポーツに参加し、公平に競い合うことができる。  
その権利を守るために、アンチ・ドーピング活動があります。

そして、もうひとつ。アンチ・ドーピングは、  
「スポーツが生み出す価値」を守るためにあります。  
挑戦する心、相手へのリスペクト、そこから生まれる友情、  
そんな、社会にとっても大切な価値を守るためにあります。

フェアであることを守り、スポーツの価値を守る。  
そのいちばん中心となるのが、アスリートとサポートスタッフのみなさんです。  
みなさんが、フェアであることをつねに誇りに思い、  
その大切さを、世の中に示すこと。  
それこそが、スポーツの発展を支え、よりよい社会をつくる力になります。

フェアであることの誇りを胸に、すばらしいスポーツの価値を、  
ともに広めていきましょう。



勝利を超える価値がある

スポーツのフェアネスが、社会のフェアネスを支えるために。



公益財団法人 日本アンチ・ドーピング機構