

霧ヶ峰

ミドルオリエンテーリング 2024 大会プログラム

開催日：2024年7月6日(土)

会場：霧ヶ峰ファミリーゲレンデ
長野県諏訪市強清水(標高 1640m)



タイムテーブル

11:00-13:00	受付	霧ヶ峰ファミリーゲレンデ
12:01-13:10	スタート	会場より徒歩約 10 分
12:01-14:40	競技時間	最大競技時間 90 分

ごあいさつ

ようこそ、霧ヶ峰へ。

都会の暑さから逃れ、マイルハイと言われる標高 1600m の森の中で、日常をひととき忘れてみてください。森と自分との対話、競技が終わった後は仲間たちとの対話を楽しんでください。

この霧ヶ峰ミドルオリエンテーリング大会は、翌日に行われる霧ヶ峰ロゲイニングに参加するかたが、初めて体験するオフトレイルナビゲーションの機会を提供します。

霧ヶ峰を訪れる前に

霧ヶ峰を訪れる前に、皆さんが霧ヶ峰に持ち込むすべての靴の泥を落として来てください。水でしっかり洗い流してきてください。霧ヶ峰では外来植物が増えて来ています。これらの植物は人の靴の泥に付着した種子によって運ばれています。

アクセス

自家用車

中央自動車道「諏訪インター」から車で 30 分。

駐車場：会場から 200m の場所に駐車場があります。(無料) 会場横スペースにも駐車可能ですが、観光客用駐車スペースと兼用になります。いったん駐車した後も車の移動をお願いすることがあります。この時は必ず必ず応じてください。

霧ヶ峰高原地区に宿泊の方はなるべく宿舎に車を置いて徒歩で来場ください。

公共交通機関

JR 中央線「上諏訪駅」諏訪湖口より霧ヶ峰方面行きバスに乗って 34 分。バス停「強清水(こわしみず)」下車すぐ。¥1,300

上諏訪駅 発	強清水 着	強清水 発	上諏訪駅 着
09:35	10:09	11:49	12:20
10:35	11:09	13:19	13:50
13:25	13:59	15:54	16:25

会場

- ・青空会場です。
- ・会場から 300m 離れた霧ヶ峰体育館を荷物置場として開放します。荷物紛失について主催者は責任をとりません。
- ・体育館内に女子更衣室として 1 人用ドームテントを用意します。
- ・公衆トイレが会場内にあります。
- ・足洗い場は会場にありません。

競技の流れ

11:00-13:00 受付

・配布物

E-card (バックアップラベル)

マイカード利用をエントリー時に申請されているかたは、バックアップラベルのみの配布です。

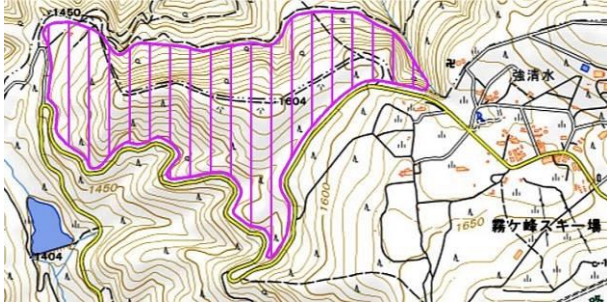
出走前に、必ず E-card の動作テストを行ってください。会場に E-card ユニットのテストユニット (アクティベートユニット) を置きます。E-card が反応し、テストユニットの LED が点滅すれば動作しています。

公式掲示板（霧ヶ峰トイレ前）

プログラムの発行以降に発生したお知らせは、霧ヶ峰トイレ前に設置する公式掲示板に掲示します。競技参加前に必ず掲示内容を確認してください。

ウォーミングアップ

本大会の競技前は以下の赤縦線範囲への立入を禁止しています。この範囲外にてウォーミングアップを行ってください。会場の霧ヶ峰スキー場の草原には立入禁止場所があります。現地看板に従ってください。



スタート 10 秒前になりましたら、E-card をスタートユニットに嵌め込んでください。

（スタートチャイマーでは 10 秒前にもピープ音が鳴ります。）

スタート 1 分前からは役員は声掛けしません。

スタート時刻になりましたら E-card をスタートユニットから外し、自分のクラスの地図を取ってスタートしてください。（リフトアップスタート方式）

- ・遅刻者は、スタート役員に申し出てください。他のスタート者の邪魔にならない時刻にスタートしていただきます。スタート閉鎖時刻後のスタートはできません。
- ・スタート閉鎖時刻は 13:10 です。

スタート地区レイアウト

↑スタートフラッグへ

MAS

WAL

MBL

WBL

MAL MBS

WAS WBS

遅刻

- 地図
- 時計

1 分前枠		
2 分前枠		
3 分前枠		
EMIT アクティバート		

■ EMIT アクティバート

スタート地区へ移動（徒歩 10 分）

会場からスタート地区までは約 0.7km 徒歩 10 分
ピンク色のストリーマ（マーキングテープ）に沿って徒歩で移動してください。

移動の際は走行中の車に充分ご注意ください。

スタート（12:01-13:10）

・スタートの進行はスタートに設置された電波時計に従って行います。

参加者は自分の責任で時計を見てスタートしてください。

・補助として以下のことを行います。

スタートチャイマーを使用します。

役員によるスタート前の誘導を行うことがあります。

・使用する予定のスタートチャイマーの動作

スタート 10 秒前にピープ音（315Hz0.5 秒間）

スタート 4 秒前にピープ音（315Hz0.2 秒間）

スタート 3 秒前にピープ音（315Hz0.2 秒間）

スタート 2 秒前にピープ音（315Hz0.2 秒間）

スタート 1 秒前にピープ音（315Hz0.2 秒間）

スタート 時刻にピープ音（630Hz0.75 秒間）

・スタート 3 分前にスタート地区で E-card のアクティバート確認を行います。確認できないかたはスタートできません。

このあと、参加するクラスのスタート 3 分前枠に入ってください。

・E-card が故障している場合は、役員に申し出てください。

・スタート 2 分前になりましたら、2 分前枠にお進みください。

ここにコントロール説明を置いておきます。自分のコースの位置説明を 1 枚自分で取ってください。コントロール位置説明は WBL、WBS、MBL、MBS クラスは日本語。そのほかのクラスでは JSCD を使用します。

・コントロール位置説明の最大サイズ 15cmx6cm

・スタート 1 分前になりましたら、1 分前枠にお進みください。

競技（12:01-14:40）

・スタート後は必ずフィニッシュを通過してください。競技を中断し、無連絡で帰宅しないようにお願いします。このときは未帰還者として扱われ、検索の対象となります。

・最大競技時間は 90 分です。これを超える場合は競技を中断してフィニッシュしてください。

・競技中に怪我人を見つけた場合は、競技を中断して救護にあってください。

・スタート時刻とともに、競技の計時を開始します。

・スタート時刻後は赤白色のストリーマ（マーキングテープ）に沿ってスタートフラッグまで進んでください。フラッグの位置が地図で示されたスタートマーク（△）の中心です。ここからオリエンテーリング開始してください。

・給水所、給水コントロールはありません。

・競技中の選手を写真撮影しています。

フィニッシュ (12:01-14:40)

- 最終コントロールからフィニッシュまでは赤白色のストリーマ（マーキングテープ）に沿って進んでください。
- フィニッシュにあるユニットに E-card を嵌め込んだ時刻をフィニッシュ時刻とします。ここで競技終了となります。（パンチングフィニッシュ方式）
- フィニッシュしたあとピンク色ストリーマに沿って進んでください。約 300m 進んだ先に E-card 読み取り TENT を置きます。

【初めてのかたはココに注意！】

E-card をフィニッシュユニットに嵌め込まず、そのまま E-card 読み込み回収された場合は、コースを正しく回ったことにならず、失格となります。

- 読み取り TENT にて E-card を回収します。
マイカードのかたは、E-card は回収せず、E-card に記録されたデータの確認とバックアップラベルの確認を行います。
- フィニッシュ後からフィニッシュ閉鎖時刻までの間は競技エリアに戻ることを禁止します。
- フィニッシュ閉鎖時刻 14:40
- フィニッシュは会場と離れています。
- 競技が終了した地図の回収は行いません。最終スタート時刻以前には、会場や誘導路で競技上の情報交換を禁止します。

会場まで移動 (徒歩 10 分)

- E-card 読み取り TENT はスタート地区に隣接しています。
会場までは徒歩約 10 分。
- 会場への移動はスタート誘導のストリーマ（ピンク色）を会場に向かって辿ってください。
誘導路や会場ではスタート前の選手との接触、コース、地図情報交換を禁止します。特に監視員は置きませんが、スポーツマンシップに則り、公正な競技が最後まで行うことができるようご協力ください。

結果速報

- 競技結果速報をネット上 LapCenter にて公開します。



救護所

救護所は会場に置きます。

表彰式

確定情報が出たらすぐに表彰を仮賞状にて行います。
各クラス上位 3 名を表彰します。本賞状は後日郵送します。

競技情報

大会名	霧ヶ峰ミドルオリエンテーリング 2024 大会
日時	2024 年 7 月 6 日 (土)
会場	霧ヶ峰スキー場ファミリーゲレンデ
主催	長野県オリエンテーリング協会
協力	諏訪市オリエンテーリング協会
競技	ミドルオリエンテーリング 公益社団法人日本オリエンテーリング協会の競技規則に基づく。
トレイン	長野県諏訪市の霧ヶ峰高原西部の森林 標高 1450m-1600m
立入禁止エリア	本大会に参加する者は、「ウォーミングアップ」の項の図に示す立入禁止範囲に競技開始まで立ち入らないでください。 ただし周囲の車道の通行は妨げません。
服装	使用する靴に制限はありません。
給水所	スタート地区、コース途中で給水所はありません。
地図	縮尺 1:7,500 等高線間隔 5m ISOM2017-2 準拠
パンチシステム	EMIT システム
実行委員長	木村佳司 (長野県オリエンテーリング協会)
コース設定者	森 恒太 (長野県オリエンテーリング協会)

コース情報

クラス	位置説明	距離 km	登高 m	優勝設定
MAL	JSCD	3.5	280	30 分
MAS/WAL	JSCD	2.8	120	30 分
WAS	JSCD	1.7	60	30 分
MBL/WBL	日本語	2.2	80	30 分
WBS/MBS	日本語	1.6	40	30 分

JSCD 資料リンク

http://www.orienteering.or.jp/archive/rule/rule_038.pdf

コースプロフィール

基本的なオリエンテーリング技能に加え、高地/高負荷下でのナビゲーション能力も勝敗の鍵になるでしょう。

国内屈指の高地トレインにおけるレースをご堪能ください。

一部のクラスでは、狭い道ですれ違いが発生するコース設定になっています。すれ違いの際は譲り合ってください。

一部のクラスでは同じコントロールを 2 回通過する設定になっています。地図をよく見ていただき、回る順をしっかりと確認してください。

トレインプロフィール

霧ヶ峰の西側斜面、標高 1,450-1,600m に位置しており、地形は単純な尾根沢で特徴に乏しく、斜面は急峻ですが、見通しは概して良好です。

トレイン内に高い危険な岩ガケがあります。(地図では通行不能の岩ガケ表記)。ご注意ください。これを横切るようなコース設定はありません。

岩や倒木で足場が悪いエリアが所々に見受けられ、一部は笹に隠れています。獣道が随所に見受けられ、目立つものは不明瞭な小径として、地図に表記しています。小道、小径が笹で覆われて見えにくくなっている箇所が多くあります。

目立つ岩は、0.5m 程度の小さい岩も地図に表記しています。トレインでは鹿を見ることが多いです。熊の目撃情報はありません。

地図情報

縮尺 1:7,500 等高線間隔 5m 通行可能度 4 段階
ISOM2017-2 準拠

逸脱事項

以下の記号サイズは本来の 75%に縮小(1:10,000 と同等)されています。

701 スタート / 702 地図配布場所 / 703 コントロール位置

704 コントロール番号 / 706 フィニッシュ

711Out-of-boundsroute

気象状況

過去 5 年の 7 月 6 日気象情報

野辺山気象観測所 (標高 1350m) (日本気象庁)

年	最低気温	最高気温	日照時間
2019 年	13.6℃	19.1℃	0.3h
2020 年	16.4℃	18.4℃	0.0h
2021 年	16.7℃	21.1℃	0.0h
2022 年	16.6℃	23.9℃	2.7h
2023 年	13.0℃	24.6℃	7.1h

傷害保険

本大会は傷害保険に加入しています。

適用のかたは大会事務局まで連絡ください。

その他

競技中止の方針

大会は以下の場合中止することがあります。その場合でも参加費の返却は行いません。

- ・競技できる天候ではない場合
(中止の目安は気象上の警報発令時)
- ・参加者の大半が参加できない状態になった場合
(気象、交通、緊急事態宣言、その他)
- ・天変地異、感染症の蔓延などの理由により、会場が利用不

能になった場合、あるいは地元から開催中止の要望が出た場合。

- ・最終的にはプロデューサーが現場で判断します。
- ・競技中止の場合も参加者個別への通知は行いません。現地でのアナウンスのみとします。電話での個別の問い合わせがあったときは対応します。

免責事項

- ・参加者は良好な健康状態で参加してください。
- ・万一事故等が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内及び現場での応急処置以外の責任は負いません。
- ・大会中の映像や写真をラジオ、テレビ、新聞等のメディア及び主催者ホームページ等へ使用する権利は主催者に属します。
- ・大会会場における事故や盗難等について、主催者は一切の責任を負いません。

大会事務局	木村佳司 E-mail:kimurakeishi11@gmail.com 電話:090-3333-0893 住所:〒399-0039 長野県松本市小屋北 2-22-19
-------	--

宿泊案内

会場徒歩圏内の宿 (強清水地区)

[ヒュッテ霧ヶ峰](#) 0266-57-0333

[温泉旅館双葉屋](#) 0266-52-0560

[ホテルこわしみず](#) 0266-52-1983

すべての宿で地下 1500m から湧き出す天然温泉を楽しめます。

霧ヶ峰イベント宿泊割

割引額: 1 人 1 泊につき 2,000 円の割引

対象期間:

2024 年 7 月 5 日 (金) チェックインから

2024 年 7 月 8 日 (月) チェックアウトの期間内の

2 連泊まで割引対象

対象者:

2024 年 7 月 7 日 (日) 開催のロゲイニング大会、オリエンテーリング大会の参加者・同伴者で割引対象施設に宿泊するかた (居住地条件なし)

詳細は[こちらリンク先](#)で確認ください。

履歴

2024 年 6 月 26 日 プログラム公開

スタートリスト

クラス	時刻	氏名	所属	カード番号	カード区分
MAL	12:01	福室 凜	早稲田大学/トータス/練馬	531890	My Card
MAL	12:02	渡辺 達也	サン・スーシ/静岡 OLC	239397	My Card
MAL	12:03	清古 光	早稲田大学/トータス/上尾 OLC	531884	My Card
MAL	12:04	伊藤 悠真	KOLC	530632	My Card
MAL	12:05	小寺 実	丘の上/浦高ぎんなん会	273351	レンタル
MAL	12:06	高橋 悠	KOLC	531139	My Card
MAL	12:07	八隅 豊正	-	273352	レンタル
MAL	12:08	八隅 瑞汰	-	259692	レンタル
MAL	12:09	酒井 隆	-	259693	レンタル
MAL	12:10	澤野 祐希	新潟大学	528158	My Card
MAL	12:11	木原 浩明	-	259694	レンタル
MAL	12:12	清水 伸好	入間市 OLC/丘の上	273866	My Card
MAL	12:13	稲本 美郎	水簾刈	259695	レンタル
MAL	12:14	大西 淳一	山梨県甲府市	79317	My Card
MAL	12:15	高橋 秀明	長野県協会	259696	レンタル
MAL	12:16	堤 大揮	JDOA/岐阜 OLC	259697	レンタル
MAL	12:17	新井 悠功	みちの会	259698	レンタル
MAL	12:18	久保田 優	入間市 OLC	259787	My Card
MAL	12:19	双木 勝男	入間市 OLC	524666	My Card
MAL	12:20	丘村 彰敏	JDOA/大阪 OLC	518967	My Card
MAL	12:21	内野 誠	-	259699	レンタル
MAL	12:22	白石 勝彦	-	259700	レンタル
MAL	12:23	前川 一彦	大阪 OLC	524624	My Card
MAL	12:24	坂倉 豊	Club 阿闍梨	259801	レンタル
MAL	12:25	松室 隼人	七尾市 OL 協会	259802	レンタル
MAL	12:26	海野 裕介	静岡 OLC	259803	レンタル
MAL	12:27	吉田 勉	みちの会	259804	レンタル
MAL	12:28	香取 伸嘉	京葉 OL クラブ/鳩の会	259805	レンタル
MAL	12:29	齋藤 邦彦	沖縄県	259806	レンタル
MAL	12:30	中沢 千聖	新潟大学	528155	My Card
MAL	12:31	京屋 陽介	-	507354	My Card
MAL	12:32	奥山 景得	川口 OLC/入間市 OLC	519062	My Card
MAL	12:33	各務 太瀧	-	259807	レンタル
MAL	12:34	内淵 風翔	CL ほわほわ	259808	レンタル
MAL	12:35	久保 貴大	-	259809	レンタル
MAL	12:36	得能 渉	鳩の会	259810	レンタル

MAL	12:37	藤生 考志	東京 OL クラブ	524664	My Card
MAL	12:38	得永 慶	-	259811	レンタル
MAL	12:39	加藤 以千弘	三河 OLC	265319	My Card
MAL	12:40	山内 亮太	横浜 OL クラブ	531778	My Card
MAL	12:41	堂垂 悠人	静岡 OLC/札幌農学校	240615	My Card
MAL	12:42	須藤 馨	入間市 OLC	519061	My Card
MAL	12:43	平野 良	横浜 OL クラブ/解脱輪	259812	レンタル
MAL	12:44	酒井 佳子	札幌農学校	259813	レンタル
MAL	12:45	福田 雅秀	川越 OLC	255888	My Card
MAL	12:46	柿野 誠	西尾市	259814	レンタル
MAL	12:47	菅谷 裕志	OLC ルーパー	530637	My Card
MAL	12:48	齋藤 英之	川越 OLC	260238	My Card
MAS	12:01	井上 仁	OLCレオ	531901	My Card
MAS	12:03	大場 隆夫	サン・スーシ	488155	My Card
MAS	12:05	浦野 弘	入間市 OLC	525147	My Card
MAS	12:07	大塚 校市	千葉 OLK	530628	My Card
MAS	12:09	佐々木 鐵雄	入間市 OLC	401295	My Card
MAS	12:11	児玉 拓	多摩 OL	524659	My Card
MAS	12:13	渋谷 泰樹	入間市 OLC	266189	My Card
MAS	12:15	青木 惇平	-	259822	レンタル
MAS	12:17	井口 良範	高崎 OLC	525182	My Card
MAS	12:19	伊藤 康二	-	260116	レンタル
MAS	12:21	鹿野 勘次	岐阜 OLC/松塾	530329	My Card
MAS	12:23	杉本 光正	ES 関東 C	530629	My Card
MAS	12:25	吉澤 万水	-	259824	レンタル
MAS	12:27	鷹取 敦	Club 阿闍梨	259825	レンタル
MAS	12:29	小林 二郎	入間市 OLC	259782	My Card
MAS	12:31	太矢 敦士	京葉 OL クラブ	259826	レンタル
MAS	12:33	太矢 隆士	京葉 OL クラブ	518371	My Card
MBL	12:02	高橋 茉莉奈	羅針盤/大阪 OLC/OLCレオ	259837	レンタル
MBL	12:04	福島 昌浩	つるまい OLC	259838	レンタル
MBL	12:06	大川 将司	丘の上/YOLC	519393	My Card
MBL	12:08	池田 謙介	-	259840	レンタル
MBL	12:10	石川 昌	サン・スーシ/長野県協会	259841	レンタル
MBL	12:12	伊藤 正則	-	259842	レンタル
MBL	12:14	敦賀 麻友	-	259843	レンタル
MBL	12:16	勝田 治	松本オリエンテーリングクラブ	259844	レンタル
MBL	12:18	杉浦 功典	-	273286	レンタル
MBL	12:20	谷口 直	-	273287	レンタル

MBL	12:22	岩井 紀子	-	273288	レンタル
MBL	12:24	沼澤 聡	-	273289	レンタル
MBL	12:26	小林 誠二	-	273290	レンタル
MBL	12:28	古谷 光樹	-	273291	レンタル
MBS	12:44	溝端 英章	-	273299	レンタル
MBS	12:46	内潟 敏明	-	273300	レンタル
MBS	12:48	世良 清	名古屋文理大学	260247	My Card
MBS	12:50	富田 宏昭	わりかし小径車の会	273301	レンタル
MBS	12:52	小山 智子	鳩の会	273302	レンタル
MBS	12:54	能登 一彦	わりかし小径車の会	273303	レンタル
MBS	12:56	永元 秀和	京葉 OL クラブ	273304	レンタル
WAL	12:35	大澤 貴子	サン・スーシ/静岡 OLC/Team 白樺	259827	レンタル
WAL	12:37	清水 容子	入間市 OLC	239539	My Card
WAL	12:39	藤澤 可奈子	-	259828	レンタル
WAL	12:41	高橋 友理奈	長野県協会/青葉会	515817	My Card
WAL	12:43	香取 瑞穂	京葉 OL クラブ	259829	レンタル
WAL	12:45	小竹 佳穂	TORCH/KOLA	259830	レンタル
WAL	12:47	柘 優美	入間市 OLC	259784	My Card
WAL	12:49	須藤 友絵	入間市 OLC	239629	My Card
WAL	12:51	丸山 由美子	越王会	259831	レンタル
WAL	12:53	桑野 真弓	-	259832	レンタル
WAL	12:55	直井 萌香	KOLA	259833	レンタル
WAL	12:57	辻 悠佳	JDOA/入間市 OLC	259834	レンタル
WAL	12:59	吉田 しのぶ	方向音痴会	259835	レンタル
WAL	13:01	清谷 千鶴	横浜 OL クラブ	531777	My Card
WAL	13:03	鈴木 夕紀子	静岡 OLC	259836	レンタル
WAS	12:51	齋藤 まどか	川越 OLC	266155	My Card
WAS	12:52	天野 悠子	静岡 OLC	259815	レンタル
WAS	12:53	伊藤 美佳	-	259816	レンタル
WAS	12:54	森岡 江美	-	259817	レンタル
WAS	12:55	大鐘 敦子	-	259818	レンタル
WAS	12:56	篠塚 拓美	長野県協会	259819	レンタル
WAS	12:57	植松 裕子	入間市 OLC	519369	My Card
WAS	12:58	香取 由里子	鳩の会	259820	レンタル
WAS	12:59	長澤 静代	横浜 OL クラブ/入間市 OLC	259821	レンタル
WBL	12:30	小笠原 鈴奈	筑波大学/上尾 OLC	273292	レンタル
WBL	12:32	沼澤 陽子	-	273293	レンタル
WBL	12:34	三浦 由紀子	-	273294	レンタル
WBL	12:36	勝田 夏妃	松本オリエンテーリングクラブ	273295	レンタル

WBL	12:38	藤原 京子	OLC ルーパー	273296	レンタル
WBL	12:40	山本 妙子	松本オリエンテeringクラブ	273297	レンタル
WBL	12:42	葛原 菜穂	-	273298	レンタル
WBS	12:58	諏訪 美海	日本女子大学	519378	My Card
WBS	13:00	大塚 ふみ子	千葉 OLK	524626	My Card
WBS	13:02	町田 美夏	-	273305	レンタル
WBS	13:04	古家 ひとみ	-	273306	レンタル

エントリー動向

クラス	性別	人数
MAL	無制限	48
MAS	無制限	17
MBL	無制限	14
MBS	無制限	7
WAL	女性	15
WAS	女性	9
WBL	女性	7
WBS	女性	4

121