

【熱中症対策について】

- 大会当日は、かなりの蒸し暑さが予想されます。会場内に日陰はほとんどありません。水・スポーツドリンクの持参、帽子や日傘の着用、エアコンの効いた車内での待機など、**各自、十分な熱中症対策を行ってください。**
 - **体調が思わしくない場合は参加を見合わせる**、競技中でも相当の発汗やかなりの暑さを感じた場合は競技を中止し会場へ向かうなど、**決して無理をしない参加**をお願いします。
 - 気持ちが悪くなった、めまいがするなど熱中症の症状が出た場合は、直ちにスタッフへ申し出て下さい。
- <運営側で準備しているもの>
- 参加者には、ペットボトルの水もしくはスポーツドリンク(500ml)をフィニッシュ地点で配布します。
 - また、会場には2ℓペットボトルの水と紙コップを準備しますが、数に限りがありますので、ご注意願います。
 - その他、救急用として、大会本部に経口補水液、スポーツドリンク、氷、瞬間冷却材等を備え付けています。

【荒天時における大会開催の判断について】

- 大会当日、大雨等による荒天が予想される場合の大会開催の判断については、当日(7月14日)5時発表の気象予報を参考に、6時までに管理者において行います。
- 大会延期もしくは中止となった場合、次のホームページに掲載するとともに、大会申込代表者のみにメールにて連絡します。参加者全員へメールや電話での連絡はいたしませんので、ホームページ等を必ずご確認ください。
Japan-O-entry(<https://japan-o-entry.com/event/view/1639>)
- なお、問い合わせ先(福島県オリエンテーリング協会)への電話やメールによる問い合わせについてはできる限り応じますが、繋がらないこともありますので、予めご了承願います。

【問い合わせ先】福島県オリエンテーリング協会(事務局:廣田雅幸)

〒960-8003 福島市森合字北谷地13-9

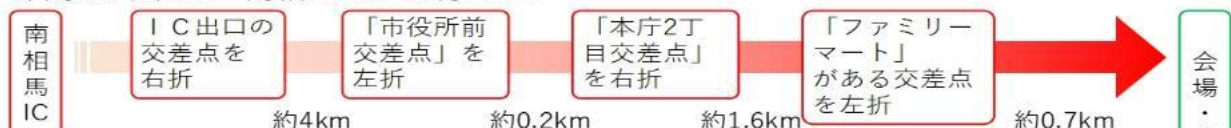
TEL:090-2882-3313 Eメール:hirohiro◆cosomos.ocn.ne.jp ◆は@になります。

【タイムスケジュール】

- 9:15~11:00 開場、受付
- 10:15~12:00 スタート(スタート閉鎖12:00)
- 12:15 追加レーススタート(一斉スタート)
- 13:30 フィニッシュ閉鎖(予定)
- 14:30 閉場

【交通案内】 ※集合場所(会場)は、公園北側駐車場になります。

<自家用車利用・南相馬ICから約7km>



<公共交通機関利用・原ノ町駅から徒歩30分(約2.2km)>



<自家用車利用の方>

東ヶ丘公園北側駐車場をご利用ください。最寄りのインターチェンジは、常磐自動車道「南相馬IC(公園ま

で約15分)」となります。

<公共交通機関利用の方>

JR常磐線「原ノ町駅」下車、徒歩約30分(約2.2km)です。バスやタクシーはありません。

※駅から会場までの送迎(希望者のみ)について

- ◆ 希望される方のみ、原ノ町駅から送迎を行います。送迎を希望される方は、7月11日(木)までに大会事務局へメール等で、「氏名、参加クラス、原ノ町駅到着時刻」を連絡願います。
- ◆ なお、希望者が多い場合は、ご高齢の方、小学生以下の方を優先し、その他の方は次便までお待ちいただくこともありますので、予めご了承ください。

往路：東京から東北新幹線・常磐線利用

東京	仙台		原ノ町	
発	着	発	着	
やまびこ51	6:04	7:58	8:12	9:30
やまびこ201	6:20	8:44	8:58	10:17
はやぶさ3	7:08	8:40	8:58	10:17

復路

【仙台方面】

13:04 14:02 15:12 15:56

【いわき方面】

14:08 15:12 (ひたち22号)

16:20



【集合場所(会場)】 東ヶ丘公園北側駐車場 (南相馬市原町区牛来出口)

※ 駐車場の藤棚付近が集合場所となります。

○ 会場は、**屋外(青空会場)**となります。個人テントの設営はできません。

○ **日射や風雨を避ける場所はありません。**暑さや降雨対策(荷物にかけるビニールシート、雨具等)をお願いいたします。

○ 荷物は駐車場周辺に置いてください。車のキーは、受付でお預かりすることもできますので、スタッフへお申しつけください。

<トイレ・更衣室>

○ トイレは、駐車場のトイレをご利用ください。個数が少ないので、途中のコンビニやJR原ノ町駅のトイレを利用し、事前に済ませてから会場にお越しください。

○ 更衣室はありません。申し訳ありませんが、トイレ等で着替えを行ってください。

<公式掲示板・ウォーミングアップエリア>

○ 公式掲示板は、受付周辺に設置予定です。スペースの都合上、プログラムの掲示は行いません。

○ ウォーミングアップエリアは設けていません。駐車場内のスペースをご利用ください。

【受付】 9:15~11:00 ※準備ができ次第、開始します。 受付は全員通過してください。

◆事前申込者

○ 事前申し込みをした方も受付を行い、ナンバーカードやバックアップラベル、レンタルEカード(希望者のみ)等が入った袋を受け取り、スタート時刻の申告を行ってください。

○ 参加料を振り込んでいない方、不足のある方は参加費等を納入してください。

◆当日申込者

○ 申し込み用紙に必要事項を記入し、当日分の参加料を支払い、ナンバーカード等の入った袋を受け取り、スタート時刻の申告を行ってください。

○ 希望クラスの残地図があれば、そのクラスに出場できますが、地図がない場合は他クラスでの出場を

お願いします。

<スタート時刻の申告>

- 本大会では、スタート時刻の事前指定は行わず、受付後、自己申告をしてもらい、適宜、スタートしてもらう方式で実施します。
- 受付の脇にスタート時刻の申告一覧表を置いてありますので、希望する時刻に「参加クラス」「カード(ゼッケン)ナンバー」「氏名」を記入してください。
※ スタート地区は、会場内にあります。受付後、速やかな申告にご協力願います。

<その他>

- ご自分のEカードを忘れた場合、Eカードに不具合があった場合は、ナンバーカードを持参のうえ本部へお越し下さい。Eカードレンタル料300円が必要です。
- レンタルEカードは、絶対に紛失しないようにしてください。紛失した場合は、弁償金として10,000円をいただきます。
- 代走は受付できません。
- 若干の貸出用コンパスを用意します。競技終了後本部に返却して下さい。保証金は不要ですが、紛失・破損した場合は、弁償金として3,000円をいただきます。

【服装・靴】

- ナンバーカードを使用します(前1枚)。安全ピンは各自でご準備ください。
- 金属ピンのついた靴の使用は禁止です。また、草履やサンダルでの出走は認めません。
※ ゴム底にゴムのスタッドがある靴(オリエンテーリング専用の靴など)の使用は可能です。
- 服装について特に制約はありませんが、夏場で下草も伸びていますので、オリエンテーリングウェア等、通気性の高い服装を推奨します。特に、園内では触れるだけで皮膚の炎症を起こす「カエンダケ」が確認されていますので、膝付近までの保護をお願いします。

【注意事項】

- ① 公園利用マナーと賠償責任について
 - 本大会は、自由通行の範囲で公園利用の許可を得て開催します。また、散策等で遊歩道を利用する方も多くいます。競技中であってもマナーを守り、走行に十分注意し、横断やすれ違うとき、背後から追い抜く際には減速や声掛けをするなど、他の公園利用者の迷惑にならないようご注意ください。
 - 衝突し怪我を負わせたり、施設の破損など、第三者へ与えた損害・損傷・損失等について、主催者はその責任を負いません。
- ② 大会本部には、簡単な救急薬品等を備えています。また、競技中に怪我や事故で動けなくなった場合は、他の競技者に救護依頼するか、地図に記載の緊急連絡先に電話し、その場所を動かさないようにしてください。
競技中に怪我人を発見した場合は、直ちに競技を中止し、救護に当たるとともに近くにいる競技者に声をかけ、大会本部まで連絡するようにしてください。
- ③ 大会で撮影した写真は、新聞記事のほか、オリエンテーリング協会広報等で使用することがありますのでご了承ください。
- ④ 初心者説明は、希望する方のみ行います。受付にてお申し付けください。
- ⑤ ごみは、ご自宅まで必ずお持ち帰りください。

【表彰式】

- 13時頃を目途に、成績が確定したクラスから簡易な形式で行う予定です。なお、天候や運営の状況によっては実施しませんので、予めご了承ください。

【競技に関する事項】

● コース情報

- 各クラスのコース距離等は、以下のとおり。優勝想定は約20～30分、制限時間は60分です。

クラス	距離(km)	登距離(m)	クラス	距離(km)	登距離(m)
MA	3.6	160	WA	3.1	150
M20A	2.8	120	W20A	2.4	100
M35A	3.2	150	W35A	2.8	120
M50A	2.8	120	W50A	2.4	100
M60A	2.4	100	W60A	2.4	100
MB	1.9	70	WB	1.9	70
N	1.5	60			

<カエダケに注意>

- 公園内に肌に触れると炎症を起こす毒性のキノコ「カエダケ」が確認されています。道沿いなどで確認された箇所にはロープで囲いがされていますので、絶対に近づかないようにしてください。



● スタート 10:15~12:00(スタート閉鎖時刻)

- スタート地区は、**会場(駐車場)内**にありますので、各自確認願います。
- アクティベートは、スタート1分前のスタートユニットで行います。
- スタートは、2レーンで、1分毎のスタートになります。
- スタート枠に入る前に、スタート時刻の確認を行います。スタッフから声掛けしますので、申告したスタート時刻をお伝えください。
- スタート時刻の3分前になったら、3分前枠に入り、1分毎に1つ前の枠に進んでください。

<3分前>

- ◆ Eカードを提示し、氏名・Eカード番号のチェックを受けてください。

<2分前>

- ◆ コントロール位置説明表を置きますので、各自で適宜お取りください。

<1分前>

- ◆ Eカードをスタートユニットに差し込み、アクティベートを行い、ユニットのランプが点滅することを確認してください。ユニットのランプが点滅しないなど、異常があるときは、Eカードを交換してください。
- ◆ 自分のクラスの地図を箱から取り出し、地図の確認を行った後、足元に置いてください。地図の表面は、まだ見ないでください。
- ◆ 時計を見ながらスタート10秒前に、再びEカードをユニットに差し込んでください。
- ◆ スタート時刻の合図と同時にEカードを離し、地図を取ってスタートしてください。(リフトアップ方式)
- スタート地区からスタートまで、**赤白テープ誘導**となります。
- スタート位置には、コントロールフラッグが置いてあります。

● 使用地図、コントロール位置説明

- 使用地図・縮尺 「東ヶ丘公園」縮尺1:5,000、等高線間隔2m、走行可能度4段階
ビニール袋封入による耐水加工地図、図式 JSSOM2007 に準拠、
特殊記号の説明は地図に表記
- コントロール位置説明 個人クラスはISCD2018記号による表記。Nクラスは日本語説明。

● 競技

- 指定された順番に回ってください。
- コントロールに到達したら、記号を確認し、ユニットにEカードを差し込んでください。順番を間違えるなど、間違ったコントロールをチェックした場合もそのまま競技を続け、正しいコントロールのユニットにEカードを差し込んでください。
- Eカードの紛失及びミスパンチは失格です。

(給水・救護所)

- テレイン内に給水所及び救護所は設けません。体調管理には十分注意してください。

● フィニッシュ、計算センター

- 最終コントロールからフィニッシュまで、テープ誘導はありません。
- フィニッシュの方法は、パンチングフィニッシュです。フィニッシュラインにあるユニットにEカードを差し込んだ時点でフィニッシュとなります。
- グループの方は、グループ全員でフィニッシュしてください。
- フィニッシュから会場(駐車場)内にあります。
- 計算センターは、フィニッシュと会場の間にあります。Eカードをリーディングユニットに置いてスタッフの確認を受けてください。マイカード及びレンタルEカードで追加レースに出場の方はチェック完了後、カードを返却します。
- 地図回収は行いません。未出走者に見られないよう、各自管理をお願いします。
- 棄権する場合も必ずフィニッシュを通過してください。やむを得ず通過できなかった場合でも、何らかの方法で連絡してください。
- コンパスを借りた方は、受付に返却してください。

<速報>

- 速報を会場に掲示する予定です。また、夕方までにLapCenterへ成績を掲載いたしますので、こちらでご確認ください。

<クレームの申告>

- 申告は、フィニッシュ後、1時間以内に文書により大会本部へ提出して下さい。

競技終了時刻 13:00 (追加レースの閉鎖は13:30を予定)

- 本競技のフィニッシュ閉鎖は13時です。13時以降は、競技を中止し、フィニッシュに直行してください。

<追加レース>

- スコアオリエンテーリングになります。
- 12:15 一斉スタート フィニッシュ閉鎖13:30
- 詳細なルールは当日発表します。

【運営スタッフ】※少人数での運営になりますので、ご協力をお願いいたします。

加藤一郎(運営責任者) 渡辺研也(競技責任者) 廣田雅幸(統括・総務責任者)

久保田宏彰 三浦孝之 武藤佑輝 安田喜友 大内清行 早川清 (堀切秀敏) (佐藤典子)