

初心者説明用 (2025/05/17)

◆O-マップ(オリエンテーリングの地図)とは

地図には使用目的によりいろいろな物があります。

オリエンテーリングで使用される地図をOマップと呼びます。このOマップは、普通に使われている地図と若干違い、競技で使用しやすいように通行区分(走れる、歩いて通過できる、通行困難)により色が塗り分けられています。また特徴物や細い道まで細かく記入されどこが通れるか一目でわかるように作られています。

◆Oマップの見方

Oマップの中には、地図以外にもいろいろな情報が含まれています。

<磁北線>

普通の地図(たとえば国土地理院の地形図)の場合、地図を見た時に上側が真北を指します。しかしコンパス(方位磁石)が実際に指す北とはずれ(偏差)があります。Oマップ上ではこの偏差を修正する為、磁北線と呼ばれる線が必ずプリントされています。(上の図では水色の線が磁北線になります。)

<縮 尺>

作成した地図が実際の大きさよりどのくらい小さく(縮尺)したかを表します。

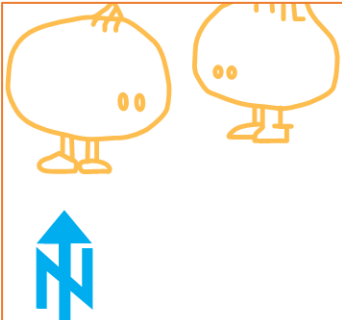
地図上で1cmが実際何メートルになるか換算できますので距離の目安となります。

本大会の地図は4000分の1なので、地図上の1cmは、現地では40mになります。

<等高線間隔>

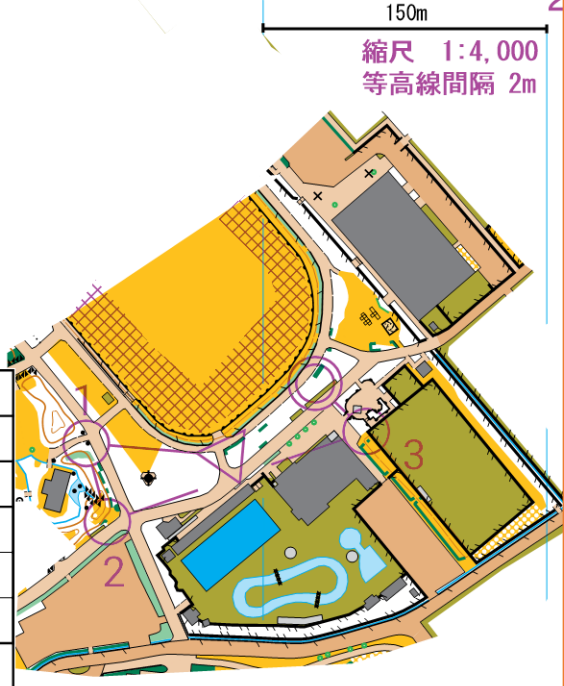
地図上の同じ高さをつないだ線で地図の縮尺などにより等高線間隔が違う場合があります。本大会の地図の等高線は2m間隔です。

この線を主曲線といい、この主曲線を5本ごとに太い線で表した線を計曲線と言います。この等高線の密度が高いほど傾斜がきつくなります。



150m

縮尺 1:4,000
等高線間隔 2m



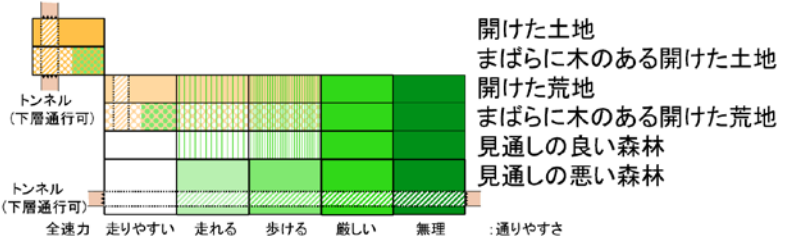
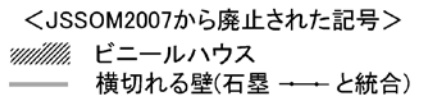
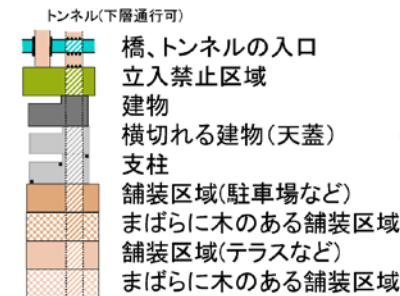
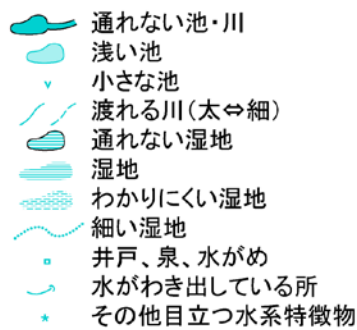
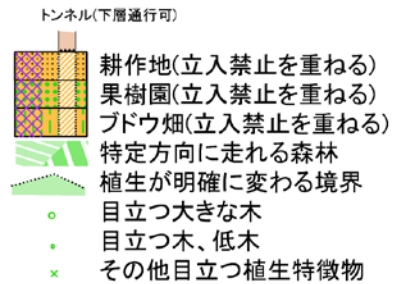
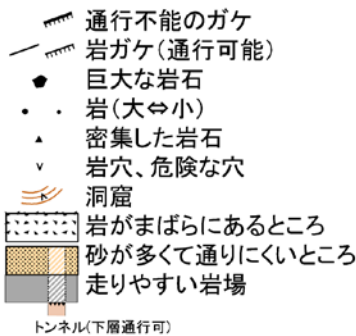
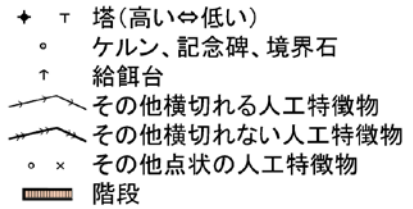
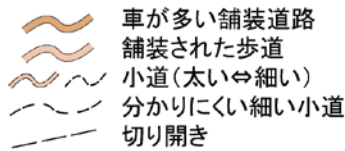
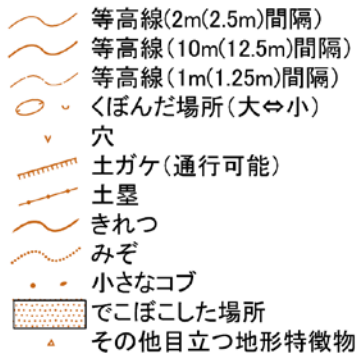
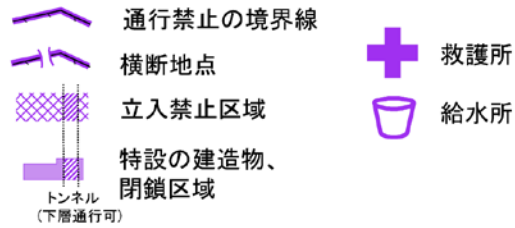
2025_KOLA_Welcome_Sprint				
初心者説明	0.3 km			
▷		〇		スタート: 線状の藪の南側
1	201	▲	0.8	岩, 高さ0.8mの西側
2	202	〇		線状の藪の南東側
3	203	◁		柵の西の角(外側)
⊗	40 m	⊗		フィニッシュまで誘導なし 40 m

<地図記号>

オリエンテーリングの地図記号と国土地理院や一般的な地図とは若干違います。

特にオリエンテーリングの地図記号では地表の状態や競技中に必要な目標物がすぐにわかるように表されています。

ISSprOM2019-2 地図記号一覧



<コース記号>

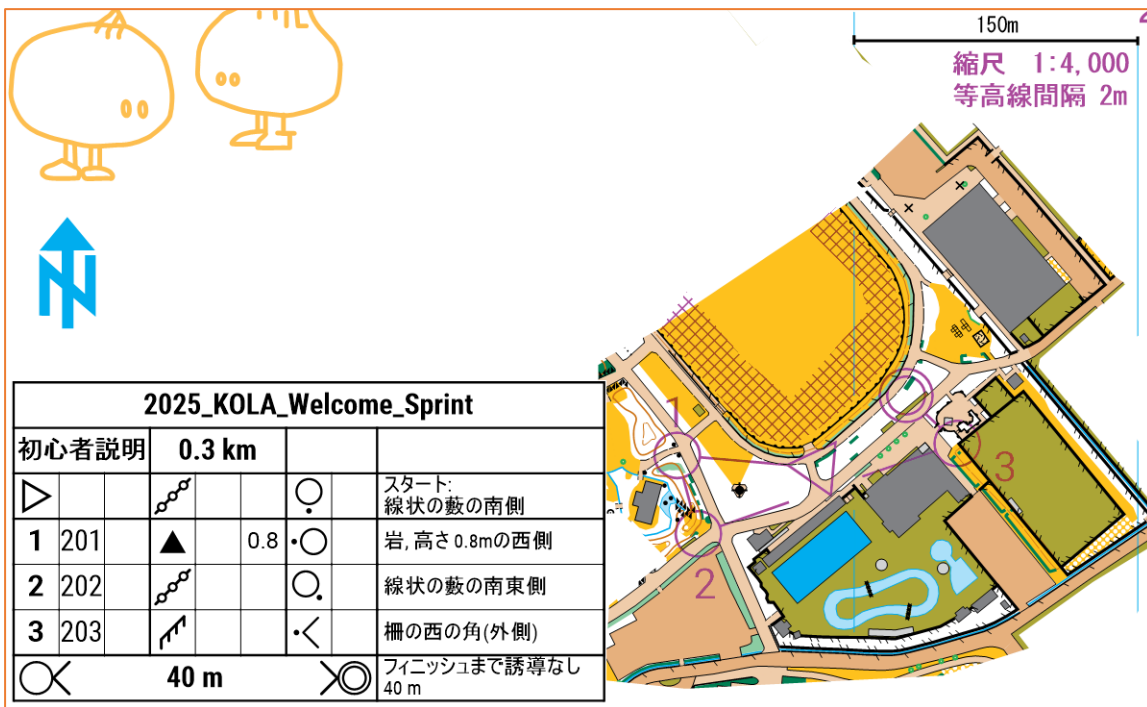
実際に競技を行う時に見る記号です。地図上にスタート位置から順番にコントロールの位置を表しフィニッシュまでを印刷しています。

スタートは△印、コントロールは○印、フィニッシュは◎印で表し、コントロールの○印の横の数字により回る順番を示しています。

また他には横断箇所や立入禁止区域、危険区域、通行禁止ルートなどの記号もあります。

<コントロール位置説明>

コントロール位置説明は、コントロールの置かれている個所の特徴物の情報が書かれています。この表記の方法は、上位クラスでは記号、初心者クラスでは言葉での説明で書かれています。なお、(本大会では各クラスとも記号と言葉での説明を併記しています)



■オリエンテーリングの競技方法

<競技の流れ>

1. スタート前

—スタート地点に選手の待機所があるので自分のスタート時間に十分間に合うように準備して待機します。Eカードの動作確認ユニットで、動作確認をします。

—自分のスタート時間の3分前よりスタートゲートに並び1分ごとに前に進みます。

スタート1分前に最前列で、自分の参加クラスの地図を取ります。(この時地図はまだ見ません。)

—30秒前にEカードをスタートユニットにセットします。(スタートの合図までセットしておきます。)

2. スタート

—スタートは、同時ではなく時間差で順次出発します。

スタートの合図で地図を確認。最初に、赤白のテープをたどって、スタートフラッグ(△印)に行きます。(本大会は、スタートユニットのすぐ前に、スタートフラッグ(△印)があります。)

3. コースを回る

マップに示されたコントロール順に自分でルートを考えて回って行きます。(必ず番号順に回って下さい。)

各コントロール(○印)地点で自分の持っているEカードをユニットにセットし、通過記録をとります。(詳しくは、後述)。最終コントロールを過ぎるとフィニッシュ地点(◎印)へ向かいます。

4. フィニッシュ

フィニッシュ地点でもEカードをユニットにセットします。そのまま、赤白のテープ誘導をたどって、計算センターで、通過記録のチェックを受けます。

以上で競技終了です。後は自分の記録が出るのを待ちます。

<地図の見方とコースの回り方>

スタートの合図で初めて自分のコースを書いた地図を見ます。

- (1) コンパスを使って地図の北とコンパスの北を合わせます。(地図の正置と言います。)
- (2) 最初に△印(スタート地点)のコントロールへ。ここから実際のコースがスタートします。
- (3) 地図上の△印(スタート地点)から最初のコントロール1に向いますが必ず地図の正置を行い、進む方向を間違わないように気を付けます。コントロール1に向かうルートは、自分で判断しどのルート通ると早いのか考えて決めます。
- (4) コントロール1の近くに行くと地図に書かれているコントロール位置説明に記入されている特徴物を探します。
- (5) コントロール1に着くと地図に書かれている番号とコントロールに付けられている番号を確認します。(他のクラスのコントロールも設置されていますので間違わないように)番号が一致すればEカードをユニットにはめて通過記録を残します。
- (6) コントロール1から次のコントロールに向いコンパスで方角を確認し次のルートを決めます。次のコントロールに着いたら番号を確認しユニットにはめて通過記録を残します。同じように順にコントロールを取りながら進み最後に地図上の◎にフィニッシュします。

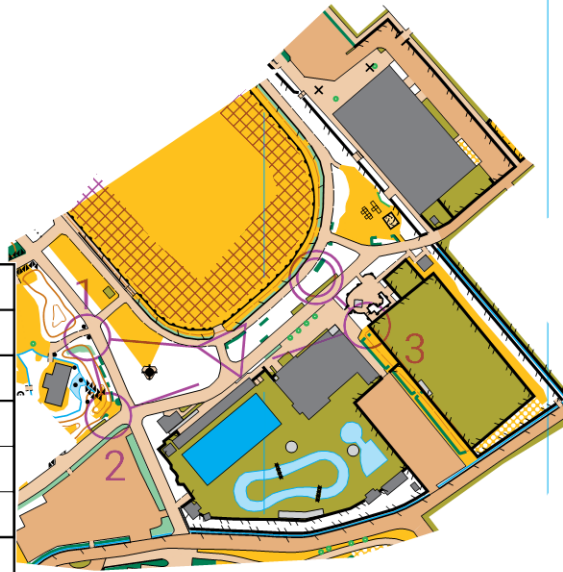
<ポイント>

- ・オリエンテーリングではどのルートを通ってもOK。自分でルートを決められます。(立入禁止区域には、入らないでください。)
- ・地図上から通りやすく早く行けるルートを探して行きます。
- ・必ず地図の北と実際の北を合わせておく事。違っていると別の方向に進んでしまいます。(自分の考えている方向と実際の方角が違っている場合があります。)
- ・道や建物、水路、池など判りやすい対象物をチェックしておくとう迷いにくいです。
- ・次のコントロールまでの距離が長い場合は途中でチェックポイントを決めてそこにまず向かいます。(わかり易いチェックポイントをたどって行くとルート間違いが少なくなります。)
- ・地図上のコントロールから次のコントロールへの線は、方向を表しますので線上を通らなくても良いです。
- ・現在地は必ず地図上で把握しておく。ガムシャラに走っていると自分のいる位置が分からなくなり余計に時間がかかってしまいます。
- ・迷った時はむやみに動き回らずに一息ついて冷静に。落ち着くとルートが見えてきます。



150m

縮尺 1:4,000
等高線間隔 2m



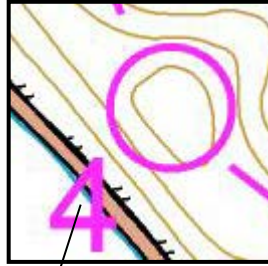
2025_KOLA_Welcome_Sprint					
初心者説明		0.3 km			
▷		◡		○	スタート: 線状の藪の南側
1	201	▲	0.8	●	岩, 高さ 0.8mの西側
2	202	◡		○	線状の藪の南東側
3	203	↗		◁	柵の西の角(外側)
⊗	40 m				⊙
					フィニッシュまで誘導なし 40 m

コントロールの通過確認方法

[Eカードの使用方法]

①コントロールの位置

地図上のピンク丸の中心に、「コントロール」と呼ばれる写真のようなオレンジと白の標識があります。



回る順番を表す数字です

②ユニットの確認

コントロールの上部に、「ユニット」と呼ばれる通過認識装置が付いています。ユニットについている番号と、位置説明に書いてある番号が一致しているか確認してください。

3	77		⊗
4	101		⊗
5	73		∩

ユニットの種類を表す数字です



③ Eカードによる通過確認

通過確認のために、「Eカード」というICカードの一種を使います。Eカードはどんな持ち方をしてもかまいませんが、写真のように持つと使いやすいです。



まで

目的のコントロールを見つけたら、上部のユニットに写真のようにはめ込んで、ください。(はめ込む向きは決まっています)

このときに、Eカードに通過記録が記録されます。

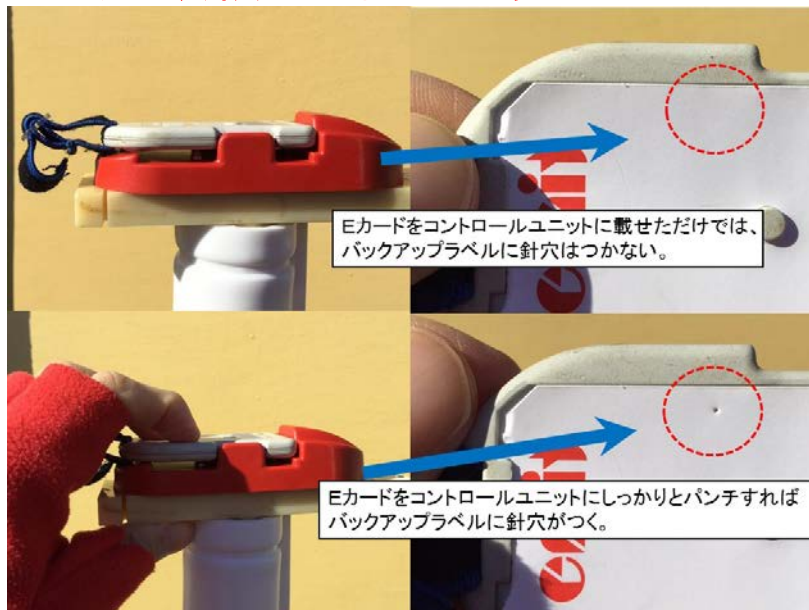
記録された場合は、ユニットの赤ランプが点灯します。



④ 赤ランプが点灯しない場合は？

Eカードに「バックアップラベル」という紙を差し込んで使用しています。Eカードをユニットにはめ込むと、このラベルに針穴が開く仕掛けになっています。万一電子的通過記録が機械のエラーで残らなくても、バックアップラベルに針穴が開いていれば通過したと認めます。

※ユニットに載せただけでは、針穴がつかないことがあるので注意してください。



⑤ 順番やコントロールを間違えて記録した場合は？

誤ってEカードをセットしてしまった場合でも、正しい順番からコントロールを回り直せば、問題ありません。コントロールを飛ばした場合も、飛ばしたコントロールから順に回り直してください。