

開催日：2018年3月1日(木) 雨天決行・荒天中止

場所：日光所野(栃木県日光市) 集合場所：日光運動公園駐車場(下の地図参照)

主催：練馬オリエンテーリングクラブ

運営責任者：新田見俊宣

コースプランナー：澤口弘樹

競技責任者：青木俊之

アドバイザー：吉田勉(みちの会)

問い合わせ先：新田見 俊宣(にたみ としのり)

E-mail: nerima.training@gmail.com Tel:090-8948-6278

## 1. 交通案内

[公共交通機関で来場の方]

東武日光駅もしくはJR日光駅から徒歩25分。テープ誘導はありません。

[自家用車で来場の方]

日光運動公園の駐車場をご利用ください。



## 2. 受付会場(集合場所)について

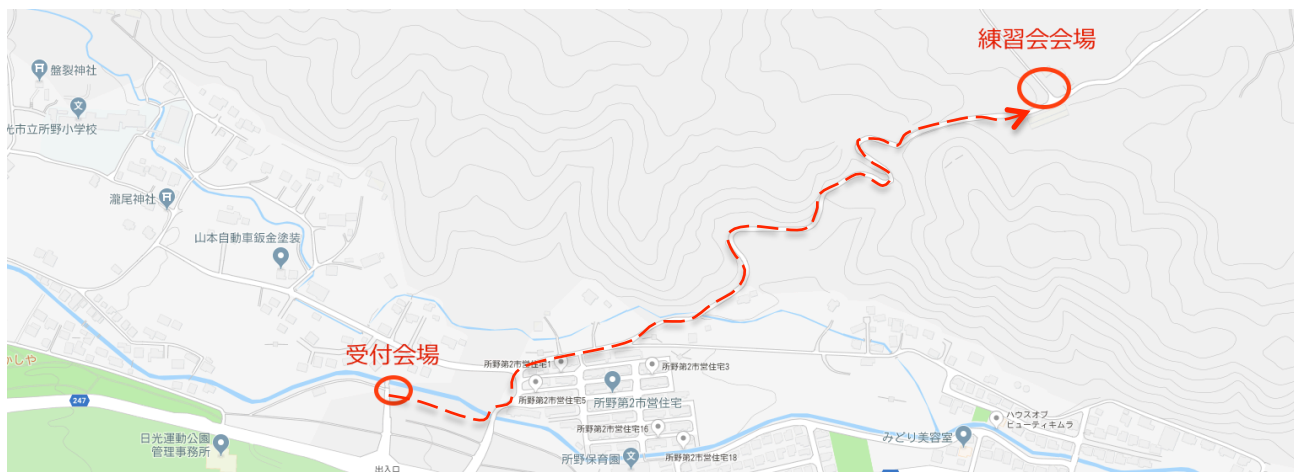
- ・ 受付会場に着いたら受付テントにて受付してください。受付の際にEカードを確認します。あらかじめご用意ください。
- ・ 会場は青空会場です。女子更衣テントは用意します。
- ・ トイレは会場から徒歩3分のところにあります。

## 3. 練習会会場について

- ・ 集合場所にて集合した後、練習会の会場に全員で移動します。
- ・ 車で来場した方は、練習で利用する荷物以外は車にて保管してください。電車でお来場

した方の荷物は、主催者の車で練習会会場に運搬・保管します。

- すべてのメニューが終了するまで、基本的に受付会場には戻りません。また次のメニューまでの待ち時間がある場合があります。必要に応じて、防寒着や軽食などをお持ちください。



#### 4. 当日申込について

当日申込は地図の準備の関係上若干名の受付となります。必ず前日までに上記の問い合わせ先に連絡の上おいでいただくようお願いいたします。

当日申込の代金は以下の通りです。

ミドルのみ参加 1,800円 Eカードレンタル 300円

マススタート参加 +300円 コンピ参加 +300円 マス+コンピ参加 +500円

#### 5. 当日スケジュール

9:30~10:00 受付

10:00 練習会説明、練習会会場へ移動

10:30 練習会会場に到着

10:45 マススタート1本目開始

11:05 マススタート2本目開始（1本目終了にあわせて適宜）

11:10 マススタート1本目終了

11:20 ミドルスタート（マススタート練習に参加しない方のトップスタート）

12:40 ミドルスタート閉鎖

14:30 競技終了、撤収開始

14:30 駐車場に移動、荷物返却

15:30 撤収終了

練習は各自任意に終了していただいて結構ですが、帰る際には練習会会場にあるリストに終了のチェックをしてから帰ってください。チェックし忘れて帰ると捜索することになります。よろしくお願いします。

## 6. 競技情報

- 使用地図 『日光所野』

縮尺 1:10,000 等高線間隔 5m 走行可能度 4段階

インカレ本番に合わせて、オリエンテーリングの開始地点を示す正三角形は1辺9mm、コントロールを示す円は直径7.5mm、フィニッシュを示す2重同心円は直径6mmと9mmにしてあります。

- 競技形式

個人によるポイントオリエンテーリング

Emit社製E-card使用（ミドルのみ）

- メニュー

クラス	距離	登距離	ウィニングタイム
ミドル(M)	4.1km	225m	37分
ミドル(W)	3.1km	150m	35分
ミドル(F)	1.6km	60m	25分
マス1本目	1.1km		
マス2本目	1.1km		
コンピ	3.4km (エリア間の移動1kmを含む)		

- 給水所/救護所

給水所/救護所は設けません。不測の事態があった場合には練習会会場まで戻っていただくか、問い合わせ先に電話してください。

- ミドルコースのコースプロフィール

今回のミドルコースは、インカレ本番でのコースを念頭に、斜面を降りながらのナビゲーション、不整地での直進、尾根などのラインたどりなどをコンセプトにして組みました。

## 7. 当日の流れ

### 【受付】

- 全員のEカード番号を確認させていただき、バックアップラベルを配布します。

- ・ Eカードのレンタルが必要な方にはEカードをお渡しします。
- ・ 電車にて来場の方の荷物を預かります。
- ・ 当日申込の方は必ず10:00までに受付してください。
- ・ 事前申込されている方で、どうしても受付時間に間に合わなかった方は、練習会会場に直接来場の上、役員（緑のビブス着用）を探して受付してください。運営者は2名のため対応が困難な場合もあり、極力受付時間に遅れないようにご来場ください。

### 【練習会会場への移動】

- ・ 練習会の概要を説明後、受付会場から練習会会場へ徒歩で移動します。徒歩15分です。テープ誘導はありません。練習会会場付近にはトイレはありません。すべてのメニューが終了するまで、基本的に受付会場には戻りません。

### 【マススタート】

- ・ マススタート練習は2本行います。いずれもスタートは練習会会場付近です。
- ・ コントロールフラッグのみです。コントロール番号を確認し、フラッグにタッチして、次のコントロールを目指してください。
- ・ 1本目2本目ともに2コースあり、パターン振りしてあります。どちらのコースになるかは、地図配布時にランダムに決めます。
- ・ 1本目は20~30名ずつに分けて、少しずつ間隔を空けるウェーブスタートとします。グループは受付時に案内します。
- ・ 1本目のゴールの際にゴールした順番を示すシールを受け取ってください。
- ・ 2本目は1本目のゴール者がある程度まとまるごとにグループ化し、グループ内で1本目のゴールの逆順に5秒ごとにスタートします。
- ・ コース距離は1本目2本目とも、いずれのコースも1.1kmです。

### 【ミドル】

- ・ スタート地区は練習会会場付近です。
- ・ Eカードを利用して計時します。リフトアップスタート、パンチングフィニッシュです。
- ・ スタート時刻は事前指定しません。スタート地区にあるリストの空いている時刻に名前を記入してください。スタート間隔は30秒毎です。マススタートに参加しない方はマススタート1本目スタート後に、マススタートに参加する方はマススタートゴール後にリストに記入してもらいます。
- ・ アクティベートはスタート地区で行ってください。
- ・ スタート時刻の3分前にはスタート地区にお越しください。

- ・ スタートレーンは M と W/F の 2 つです。枠は 2 分前枠と 1 分 30 秒前枠と 1 分前枠と 30 秒前枠の 4 つになります。スタート 2 分前になりましたら 2 分前枠に入りコントロール位置説明表を取り、順次枠を進み、30 秒前になりましたら 30 秒前枠に入り自分のクラスの地図を取ってください。合図とともにスタートしてください。
- ・ ゴール閉鎖は 14:30 です。必ずこの時刻までには練習会会場に戻ってください。
- ・ 計時は一度のみですが、ゴール後にコースを利用して一部もしくは全部の練習をしていただいても結構です。

### 【コンピ】

- ・ スタートとゴールは練習会会場付近です。全部回っても一部回っても結構です。何回回っても結構です。
- ・ コントロールフラッグのみですので、コントロール番号を確認してお進みください。
- ・ 撤収開始は 14:30 です。必ずこの時刻までには練習会会場に戻ってください。

## 8. 諸注意

- ・ コンピおよびミドルの復習を行う場合には、練習会会場に設置する出走リストに出発のチェックをした上で実施してください。また練習終了後にもチェックをお願いします。
- ・ ピン付きのシューズの利用は可能です（ただし、インカレ本番では使用禁止です）。
- ・ 雪が一部まだ残っており、特に一部の道路は溶けた雪が凍結して滑りやすくなっていますので十分ご注意ください。インカレ本番直前に、ケガだけは絶対にしないようにしてください。
- ・ 救急用品は練習会会場に用意しますので必要な際は運営者に連絡してください。
- ・ 練習会は原則として雨天・雪天決行ですが、参加者の安全確保が難しいと判断される場合には中止といたします。
- ・ 練習会を中止する場合には当日 7:00 までに練馬オリエンテーリングクラブのホームページ (<http://nerimaolc.web.fc2.com>) および twitter (@nerima\_olc) にて連絡いたします。
- ・ 申込の際にいただいた個人情報は本練習会の運営以外の用途には使用しません。ただし、主催者が練習会中に撮影した画像を広報活動に利用する場合があります。

## 9. inov-8 シューズ販売について

inov-8 のシューズを練習会会場にて試し履き、販売いたします。ピン付き、ピンなしともに用意しています。空いた時間に是非どうぞ。 <https://inov-8.shop-pro.jp/>