

2006 年度日本学生オリエンテーリング選手権ロングディスタンス競技大会 プランナー報告（レース講評） 山川 克則

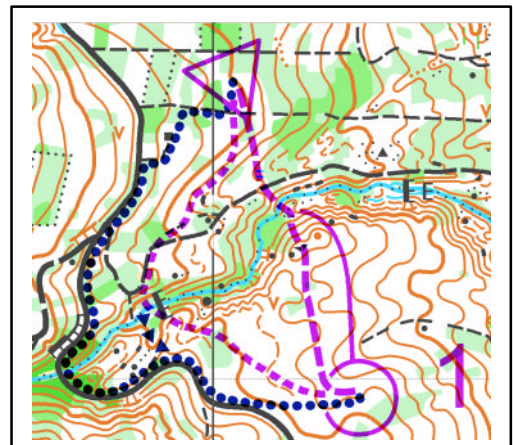
さて、インカレの地図を作り続けて年を経ること 27 年（第 3 回、現役の大学 2 年生の時から関わり続けている）の小生であるが、インカレのプランナーなるものをやったことはまだ一度もない。その間、わが国の O-MAP の進化と、自分の人生がシンクロナイズしているのであるが、特に最近の画期的な地図の精度や見やすさの進化に対して、提供されるコースが地図の精度に十分には応えきれていないのではないか、と思うこともままあり、一度自分で道筋をきちんとつかなきゃいけないな、と考えていた。特に、ロング種目においては、適正なロングのコースが提供されることはわが国ではあまりない。それは今までの通常の地図でありがちだった地図と現地を対応して正しくない情報は捨て、正しい情報を選び出して処理することではなく、（全部正しい）地図から、自分にとって必要な情報のみを的確に取捨選択し、不必要な情報はばっさばっさと切り捨てて、より人より速く走ることを目的としたコースを提供するべきだと日頃考えていた。

今回はクラブカップなどの複数日大会と併催ということで、全体をトータルでコーディネートしなければならない立場という点から、インカレのプランナーをもさせていただく機会を得ることとなりました。ロングはロングらしく、リレーはリレーらしく、狭いトレインをとことんまで有効活用することを念頭に大会を設計していきました。

ME

→ 1

.....	茂木	3:12
.....	西村	3:22
-----	大西	4:09
.....	杉山	3:58
.....	藤沼	4:48
.....	津国	4:49
-----	山崎	3:59

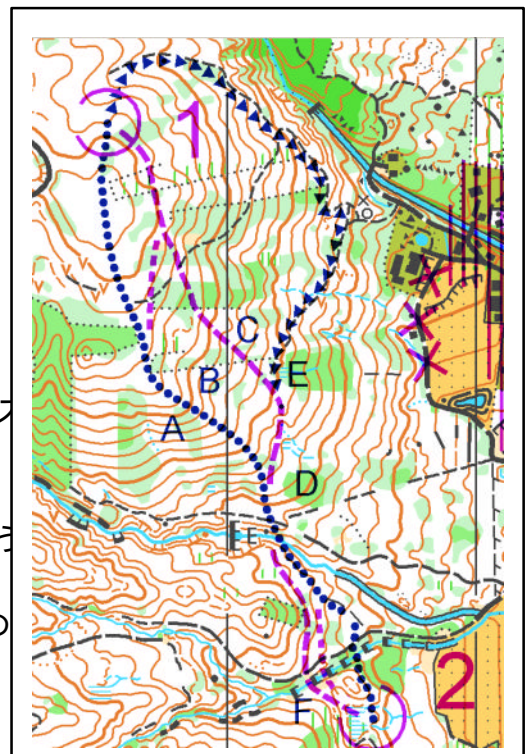


上位は大きく分けて 3 通りのルートにわかれた。結局、茂木の林道まわりが、少し速いことになったが、大きな堰の上、小径のところで川を渡るのもそれほど悪くない。急斜面ルートは、山崎の登り口よりも、斜面が少しでも緩い大西・杉山ルートを選択して欲しいところであるが、ラップはあまり変わらなかったようだ。

1 → 2

下り基調のこのレッグでは大きく差がついた。いかにも難しそうに見えるこういうレッグをいかに簡単に処理するか、大胆なプランで走るかで、大きくタイムに影響してくる。その見本市のような結果になった。藤沼のはミフルルートだが、他はルート選択はあまり関係がない。茂木は 2 位のラップに 40 秒の差をつける圧勝。ここですでに、優勝へのストーリーは始まってしまっていたのだ。最初のうちはだいたいこの辺を走っているで十分。その後、A の尾根（その手前に明瞭な植生界の角）、B の沢、もしくは C の

.....	茂木	4:22
.....	(杉山)	5:04
.....	西村	5:26
-----	大西	5:30
.....	藤沼	6:32



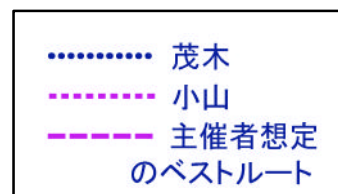
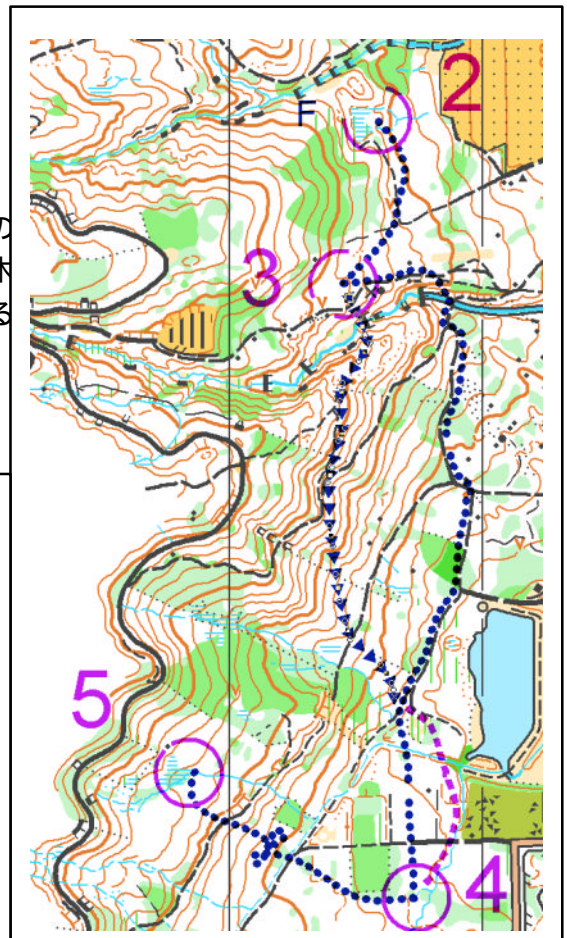
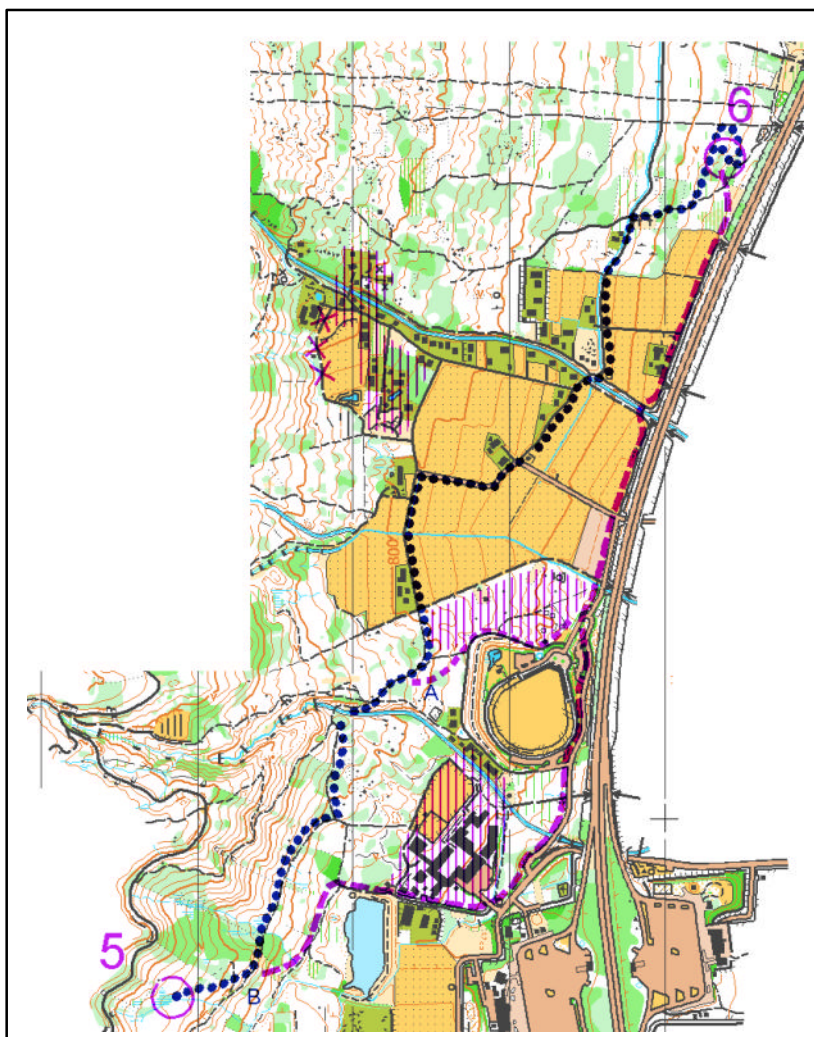
沢など大きな地形を捉えればOK、DかEのヤブにぶつけるように速く降りて行くでも良い。次は小川のどこを渡るかだが、これも堰の上部あたりを渡れば実はどこでも良いのだ。とにかく、こういうのを速くさっさと処理する、下りなのでスピードを落とさない、ということができれば良い。

2 → 5

2 → 3 を慎重にこなせば、あとは
淡々と行けば良い。杉山の 3 - 4

は 1 分以上の遅れを取るルートになってしまった。4 は
出戻りにならないような位置を工夫したおかげで、殆どの
選手が 5 に向けて出戻らず直進のルートを選択した。茂木
の手前のミスは、上の道と下の道を勘違いして、5 がある
つもりで探し回ったとのことである。

5 → 6



なんだよ、長い道走りかよ～、と思った選手も多かったでしょうが、実は別のベストルートがあったのです。試走の段階で、高速道路脇のルートの方が 30 秒ほど速いことを検証し終え、あとはこのルートがきちんと読みきれるか、皆さんが通ったルートの方を、一見見えやすくするために、始点と終点の位置を効果的になるように調整しました。その結果、必然的に逆回路で 3 - 4 - 5 - 6 がクロスとなり、4 の位置が出戻りにならないような位置になり、3 が 5 - 6 のレグ線をジャマしない位置になっていったのです。道走り区間で、分岐を何回もチェックするのと、野球場や高速道路など大きな施設脇を走る

では、手続きの単純化の量にかなりの差が出ます。それにこちらのほうが舗装道路を走る割合が多く、20mの緩い登りもあるしと読みきって欲しかったところですが、ルートを集めた上位の人の中では残念ながら、誰一人このルートを通ってくれませんでした。小山のルートはこの位置まで来てしまえば、どちらでも変わりません。最初に小径まで降りてきたところでその小径を行かずに、もう一本下の小径まで行くべきだ、とここで判断してほしいところです。ミドルでは道走り区間は単なるつなぎになることも多いですが、ロングでは、そこにも一味込める、それを実現しました。尚、高速道路脇ルートの最後のラフオープンの手前のハッチも道路沿いだけは抜けていることがきちんと判るように地図表現には気を使いました。

6 → 8

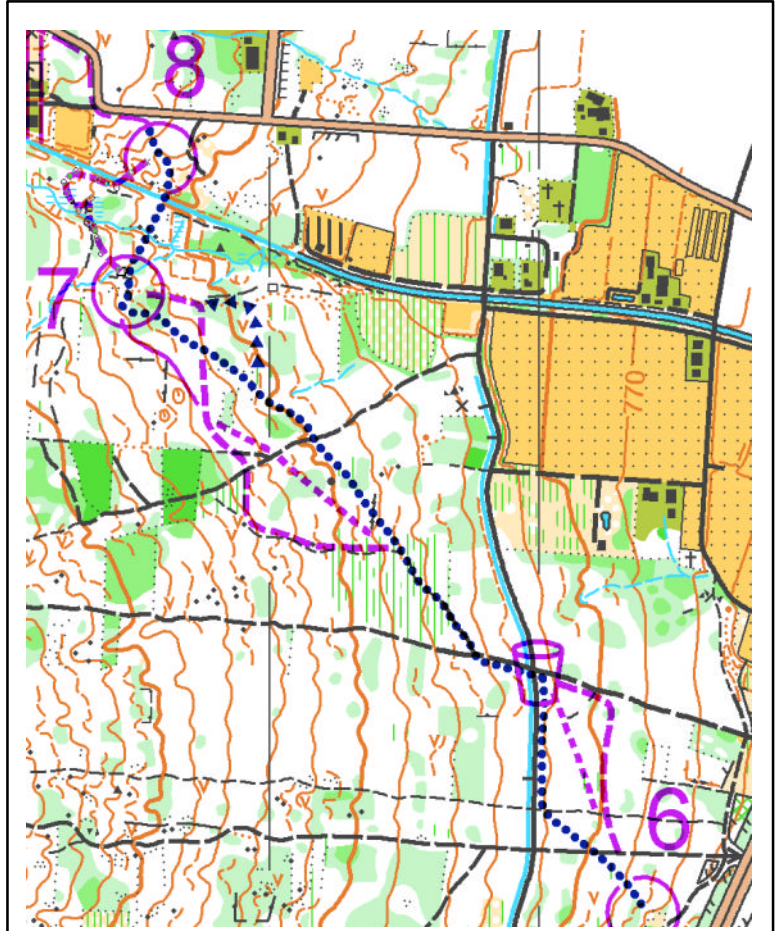
ラップは

6 → 7のもの

———	藤沼	5:31
.....	茂木	6:06
- - - - -	大西	6:29
.....	西村	6:24
▶▶▶▶▶	小山	6:21

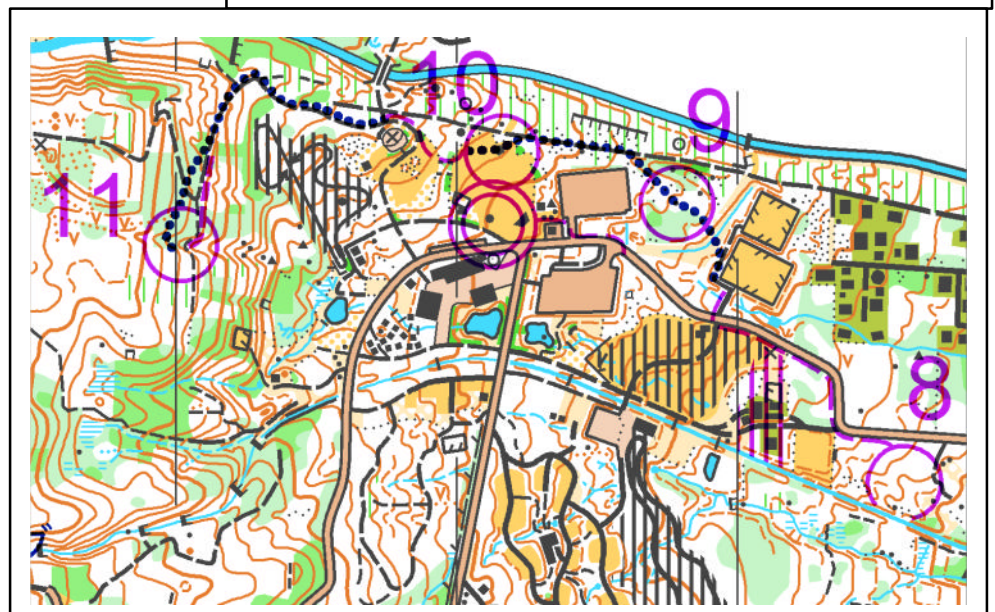
緩斜面の斜め直進のレグで、途中現在位置に自信をもてない場面がある。ルートを見る通りなかなかうまく直進はできないものである。ここでは藤沼が一番ぶれていない。いずれにしろ確実な地点でアジャストして、大きくはそらしていないことが上位の選手に共通する。

8は、2車線道路がある程度交通量があるため、出る場所を固定して、安全の為監視員を置きたいと運営の要請があって、設置したもので、コンパスで方向だけ確認して直進するだけなのだが、ここでも、大西と杉山が大きくぶれている。



8 → 11

今回はロングでは、2周回させて一旦会場に現れ、応援や給水を受け易いようなレイアウトを最初から考えていた。この区間はレイアウトの工夫から生まれたものである。見られている部分で、登りをこなさせるとレースの演出上も効果的である。そして、後半はよりロングらしい厳しさを増すレグ用意していくのである。

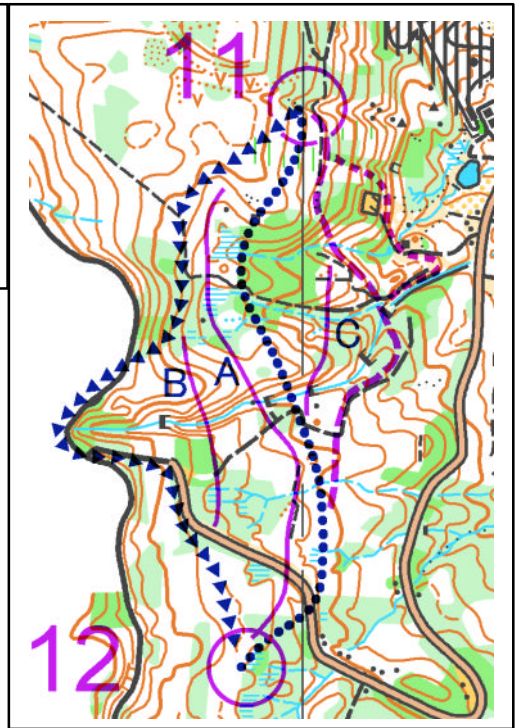


1 1 → 1 2

後半の最初のメインレッグである。

こちらの意図どおりに、きれいに上位のルートがごとごとく分かれた。ここは、沢の深い部分を切ると、滑り易いかなりの急斜面に悩まされることになるが、結局どれが正解というものでもなく、各々が自分のオリエンテーリングのタイプによって、どういうルートを選択しても良い、というつもりであった。下ルートは、スタートへの誘導路まで出る者がいてもやむなし、のつもりであったが、さすがに上位にそこまで大回りする者はいなかった。

-----	津国	5:29
.....	茂木	6:14
-----	西村	7:13
▶▶▶▶▶▶	杉山	6:05
———	A 大西	5:51
———	B 小山	6:04
———	C 藤沼	6:00



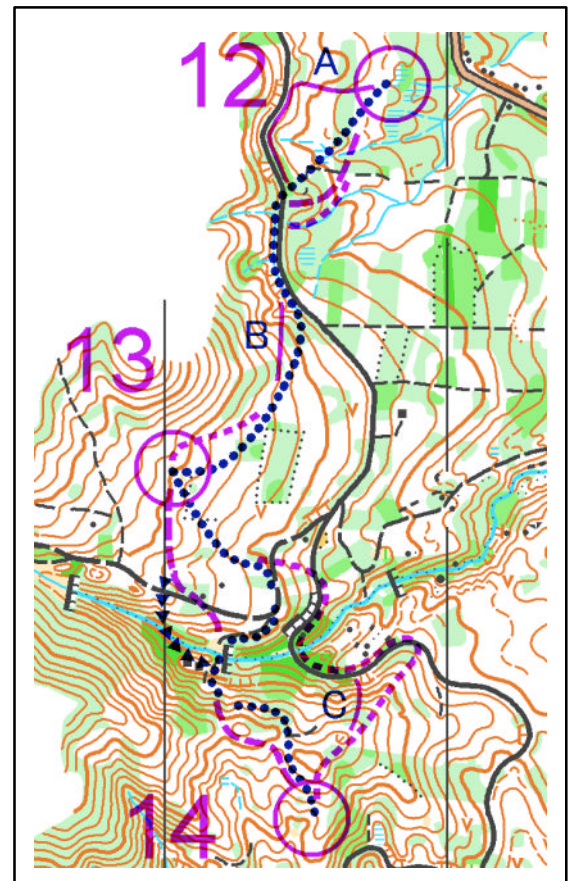
1 2 → 1 4

後半のフィジカル面の勝負どころで、日頃きちんとトレーニングして体力的な準備をしていたかどうかを問うたレッグ

結果は、ルート面でも細

かな違いがタイム差となっている。大西は中間スペクターズで6位だったのを、この2区間でトップのラップを取り、一気に2位に駆け上がっている。疲れているときにこそ、細かな失敗ルートを取らないようにしているところが勝負強いところだ。茂木は14への急斜面の登り方で小さなルートミス(このルートは藤沼も)Bの杉山は急な部分から登り始めてタイムロス、13-14の西村もタイムロスの大きいルートである。(このミスルートでも、さらに激しく急なところを登ったCのルートはさらに遅くなる、この辺は気がせいってしまったのだろうか?)正解ルートでは、急斜面の最初に小径が斜面と直角方向に描かれているが、こういう小径は斜面の他の部分より登り易いんだ、と地図表現から予想できただろうか? 実際には山林保守用に間伐材をはめ込んだ階段になっている小径で、体力が充実していれば、結構速く登りきることができる。ある程度経験を積まないといけないが、この辺の想像力もオリエンテーリングの技術の一つである。

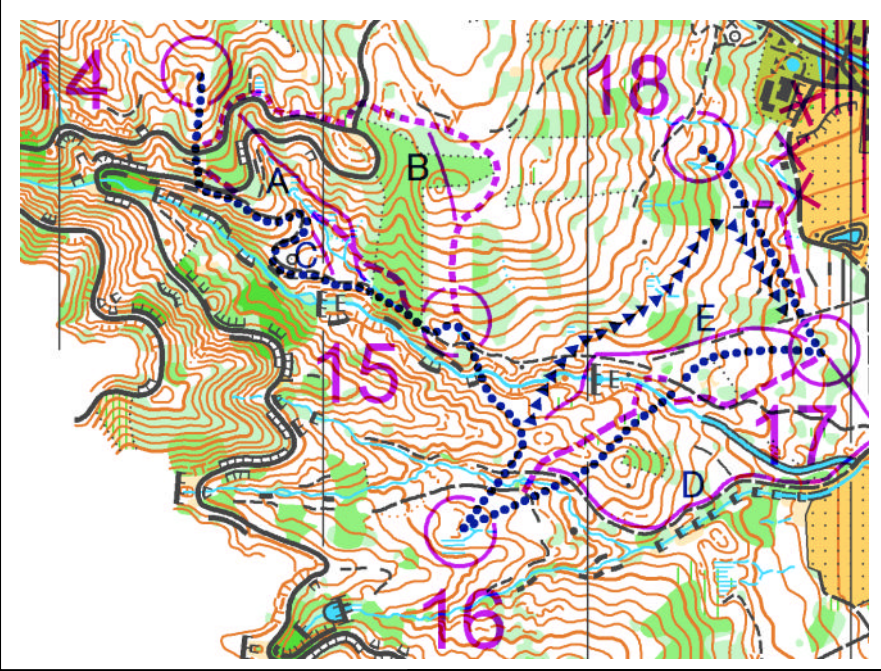
	12-13	13-14
.....	茂木 5:18	4:11
-----	大西 5:08	3:54
-----	藤沼 5:36	4:27
-----	西村 5:51	4:55
▶▶▶▶▶▶	小山 5:51	4:11
———	A 津国 5:13	4:04
———	B 杉山 5:54	4:15
———	C 杉山 海老 山崎	



1 4 → 1 8

14までの体力的にきつい区間、そして18からの最後の勝負どころのロングレッグ、その間を疲れてきた頃に要求する細かいナビゲーション能力という、これも決まり事のようなレッグである。茂木は登りのレッグではもたついているが、14→15、16→17という下りの技術要素の高いレッグでトップラップを取り、ここで優勝を磐石なものにしている。まず14→15であるが、大西が折角14まで追い上げたのに、この区間で1分以上遅れている、ここも前段で述べたように、地図表現からの想像

力を働かせて欲しい部分だ。もともと繋がっていた（ように見える小径が、伐採でヤブになり道の跡が川になった、その部分は他より通り易いに違いない（可能度は20～60%と幅広い）と読み切るべきところだ。そこ以外の部分でヤブ漕ぎをした大西は1分のロスをしてしまったわけだ。西村や小山のルートも走り易い部分ばかりで悪くはないが、距離の面で少し遅くなることは試走の段階で確かめられていた。どちらか迷うように設定しておこう、としたのだが、ここはほぼこちらの意図どおりのレース展開となった。



15→16では、上位全員が鞍部を越えている。16は16→17のレッグを効果的にする為のもので、15→16は簡単になっても構わないものであったが、それでもアタック直前までコントロールが見えない位置になるように緩い丘を越えたところに設定した。16→17は果たして色々なルートに分かれた茂木は、ここもすばやく一番低い鞍部を抜け、川もコンタが1本になる部分で直線的に通過し、浅くて広い2つ目の沢を降りると、最短で効果的なプランで光るラップを取っている。小山は18が先に見えてしまったのか、16まで2位につけていたのに、ここで痛恨のミスルート、大西は茂木の浅い沢の部分の小道の曲がりに置き換えただけで、ここで持ち直し、再度2位に浮上している。Dのルートも10秒ほどのロスで済んでおり、失敗ルートと決め付けるほどのものではない。

- 茂木
- 大西
- 西村
- ▶▶▶▶▶▶ 小山
- A 杉山
- B 小山
- C 津国
- D 杉山
- E 藤沼
- 山崎
- 津国
- 海老
- 山崎

17→18では、まっすぐ斜めに登りはじめるよりも、大西のように緩い部分を走ってから登った方が速かったようだ。その後は、すぐ見て取れるヤブの間を抜けるのでそんなに難しくはない。

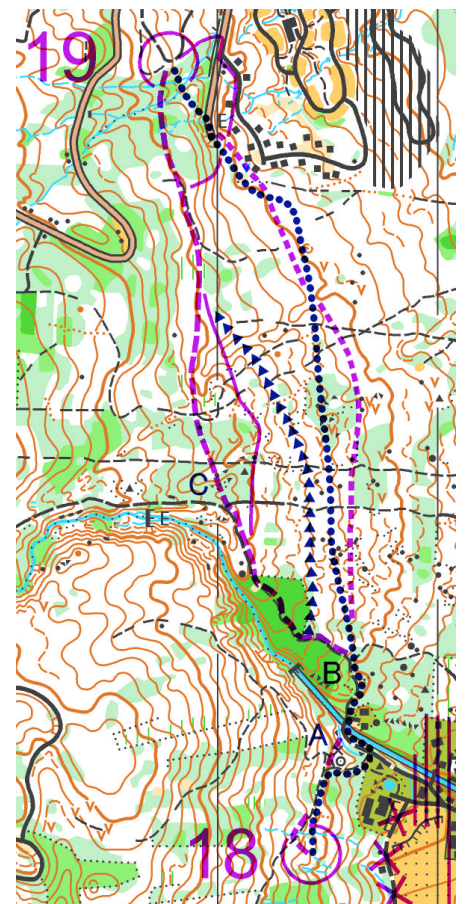
18→19

いよいよ、最後のメインのロングレッグである

ここは、翌日のリレーとのテレイン使用配分も考えて、ロングよりロングらしくさせるレッグを最後に入れようと、真っ先にまっていた、とことん単純化できたかどうかを問うレッグである。

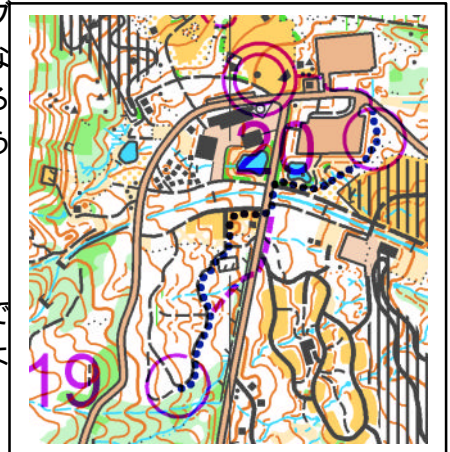
まずAであるが、ここを短絡できているのは上位では大西のみであった。そして、直進の出発点をBとするか、Cとするかが判断の大きな分岐点となる。正解はB、試走では何もみないで

-----	西村	7:47
.....	茂木	8:50
.....	杉山	9:08
-----	大西	8:55
-----	津国	9:21
-----	藤沼	9:29
▶▶▶▶▶▶	山崎	9:32



Bからケビン村目指すのと、ちまちま地図を確認しながらCから出発するのでは3分の差がついてしまった。30m余分に登らないといけない、というのもロスが大きい。Bルートの中でも西村のルートが秀逸なので、トップを取っている。ここはコンタすらきちんと読み込む必要がない。右側に長くまっすぐに続くヤブ（明るさもかなり違う）を見て取るだけで良いのだ。多少はずしても手前の南東にも同じレベルのまっすぐ長いヤブがあるのでどうにでも行けてしまうのである。実は、この2つの長いヤブの間を抜けるのが一番速いのである。（ケビン村まで登りがなくなる／実際には沢きりの時だけ登るが、このルートでは、沢のへこみ方も小さいのでスピードが落ちない）

ここは調査中の筆者が夕方どんなに暗くなってもこの2つのヤブ明るさだけを頼りに宿舎であるケビン村まで恐怖を感じることもない。地面もすべて安定したAの林なので安全である。その経験を「究極の単純化」ということで、試合コースでも問うみようとしたものである。



19 → F

狭い地図の中でも精一杯の演出を施したコースで、あとは今までレイアウトから残った部分で最大限コース地図が見やすくなるように帰すだけ、それでも「20」の番号を打つ位置には配慮した。お疲れ様でした。

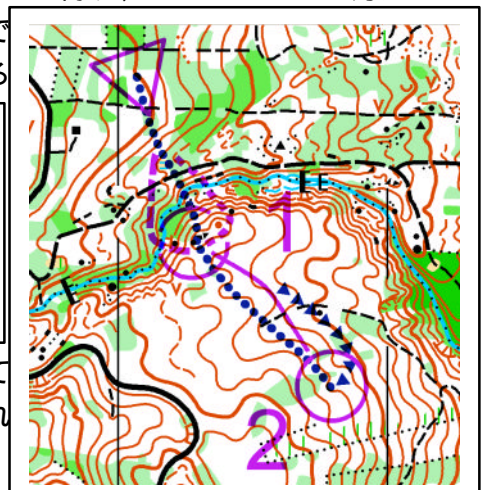
WE

WEでは、会場まで一度戻ってスペクテーターズレーンを走らせて2周させることを優先すると、距離の制約から、効果的なレッグがあまり組めこまない。今回はそれでも2本の勝負どころのロングレッグを、どれだけ単純化できるかを課題に入れ込んだ。当初、後半にナビーション能力を問う細かいレッグを11→12あたりで用意していたのだが、やむなく削除せざるを得ず、むしろWUAの方がロングらしい印象のコースになってしまった。試走時もスタッフ間で随分議論になったが、シニアのWEなら躊躇無く入れていただろう。ウィニングの結果からみても、ここらがインカレWEの落としどころなのかもしれない。

→ 2

1までは川渡りの激斜面登りの直進しか方法がない。しかし、米谷のように少しでも斜面の緩くて白い部分で登りたい。1→2も直進しかないが、関谷は下にぶれミスをしている。

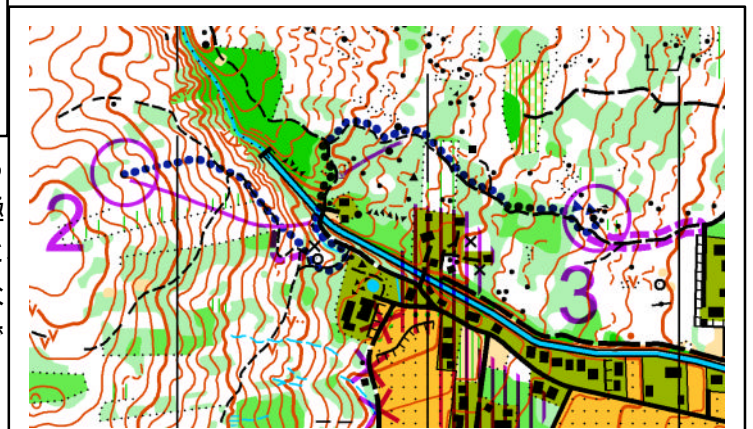
	△-1	1-2
..... 米谷	3:21	1:32
----- 中島	4:11	1:55
..... 幸村	3:48	1:43
———— 井手	4:10	1:46
▶▶▶▶▶▶ 関谷		



2 → 3

ロングレッグへのつなぎの道走りレッグであるが、米谷が圧倒的なラップを出している。どこで短絡するかで、多少のルートの変動はある。臼倉は積極果敢に攻めている。橋を渡る前の祠のところと井手の小道の曲がりからのアタックは、有効な短絡である。中島はオーバーランして別荘地でリロケート。

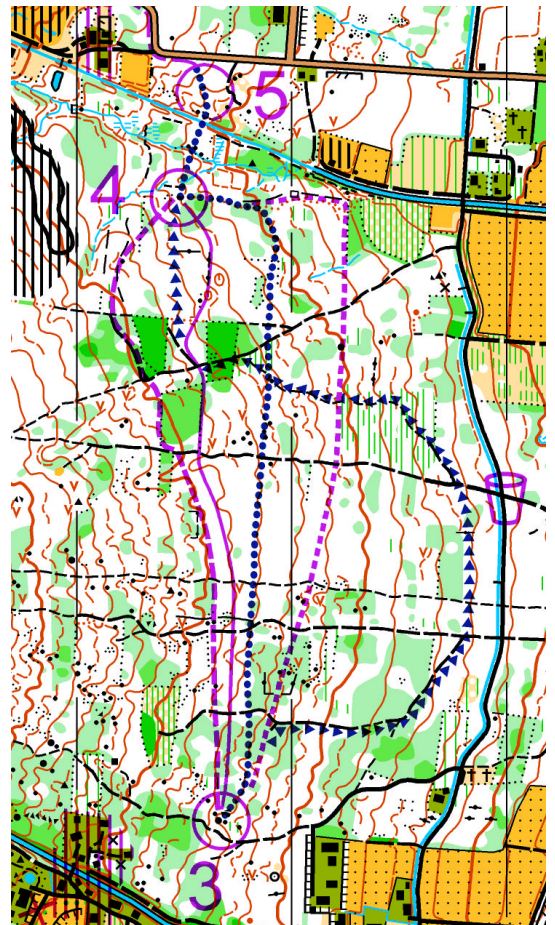
..... 米谷
----- 中島
..... 幸村
———— 臼倉
▶▶▶▶▶▶ 井手



3 → 4

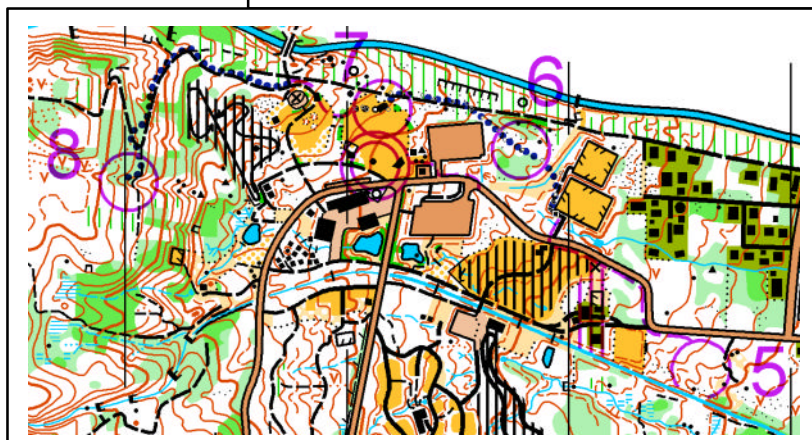
前半のメインのロングレグ、女子の実力を見るにこのテレインでは、昔から王道として設定されているレグである。上位5名のルートがもの見事にわかれた。さすがに舗装道路まで出るものはいなかったが、井手のルートなら、舗装道路周りの方が速かったであろう。あまり細かいことは気にせずに前半のヤブの部分切り抜け、どこのヤブにぶつかるかでルートが変わってくる。中島は途中をBヤブの下辺をうまく使って無駄の無い動きをして、この区間のラップを取った。臼倉もヤブをうまく抜けている。米谷や幸村のは、途中なにも考えないというプランだったのかもしれないが、得てしてコントロールの下に出てしまい、最後に登りなおして損をしまっている。ここはうまくヤブを使うのが良いルートである。5に関する意図は、男子と同じく、2車線道路への飛び出しを1箇所固定し、安全を確保するパトロールを置くためのものである。

3-4	
-----	中島 7:09
.....	米谷 7:52
.....	幸村 9:59
————	臼倉 7:27
▶▶▶▶▶▶	井手 10:06



5 → 8

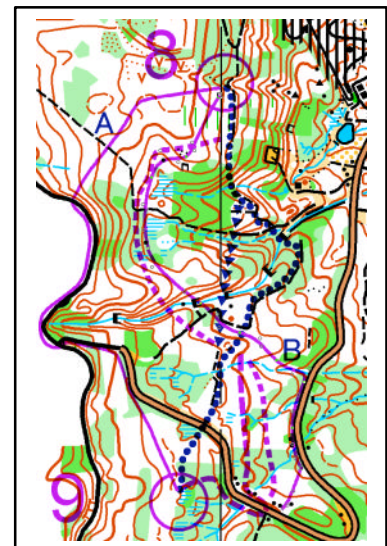
男子の8 → 11にコメントは同じ。レース的には中間速報の7番までを米谷がトップ、続いて臼倉が健闘、井出が3 → 4のルートミスで入賞圏外という展開だったが、米谷は7 → 8で小さなミスをして一旦、臼倉にトップを譲っている。中島は3 → 4からうまく勢いにのり、この区間でかなり追いつけている



8 → 9

ここも男子と共通のレグ、後半の最初の勝負どころである。女子では、もっと大きくルートが分かれるのではないかと予想していたが、果たしてこの部分が大きく勝負の行方に左右したようである。臼倉は8でトップに立ったものの、ここで大きくミスをして、再び米谷に抜き返されている。逆に井手は、この区間の快走で前半の遅れを取り戻し、入賞圏内に入り込んできた。中島も舗装道路に出たところで、現在位置を勘違いしたのだろう。幸村もおおきくぶれた。関谷は割り切った分急斜面を登る分と距離で遅くはなるが、深いキズにはなっておらずこの時点では3位に上がっている。

.....	米谷 6:41
.....	井手 6:45
-----	中島 9:34
.....	幸村 9:42
▶▶▶▶▶▶	阿部 9:51
————	A 関谷 7:39
————	B 臼倉 10:30



9 → 10

このレッグは、さっさと上の林道に上がってしまう方が速かった。

-----	中島	6:03	井手
.....	米谷	6:10	阿部
.....	幸村	7:00	
▶▶▶▶▶	臼倉	7:07	
-----	関谷	7:03	

10 → 11

10までを2位に付けていた臼倉が、このレッグでミスをして、一気に順位を4位まで落としてしまっている。女子にとってはヤブを全部避けて回り込むのが正解だったようだ。

.....	幸村	3:00
.....	井手	3:06
.....	米谷	3:42
▶▶▶▶▶	臼倉	6:09
-----	関谷	3:55
-----	阿部	3:38
-----	中島	3:41

11 → 12

ここもルートによって大きく明暗が分かれた。このあたりになると、

-----	中島	3:39	阿部
.....	米谷	3:55	
.....	幸村	4:56	
-----	井手	5:21	
▶▶▶▶▶	臼倉	9:20	
-----	関谷	11:28	

いかに集中力を切らさないかも重要なポイントである。臼倉は2レッグ続けての痛恨の大ミス、関谷も走りにくい部分のコンタリングでミスを重ね、このミスで入賞を逃すことになる。ここはもちろん、大きなヤブを上から巻いてアタックするのが正解だ。

13 → 14

最後の勝負のロングレッグ、スタッフ間でも色々

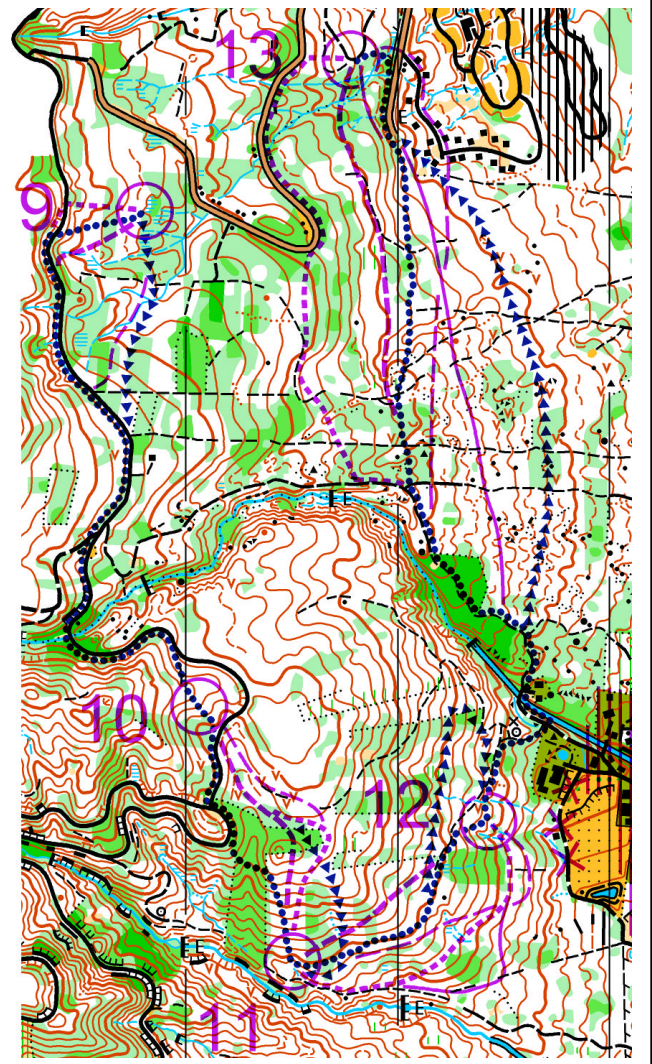
議論したが、結局女子もきっちりロングの課題をこなしてもらおうということで、途中にコントロールを置かずに男子と同じレッグとなった。総論解説は男子の項を参照。女子にとっては最善の直進をする選手は、男子よりは少ないだろう、と予想したが、ミスを取り戻そうという意識の働いている臼倉が果敢に攻めトップラップを獲得した。臼倉は後半浮き沈みの激しいレースをしている。井手のルートはここから出発するのはあまり得策ではない。

幸村のルートは、ミスはしないが登りがさらに増えてしまう。米谷は、もともとここでは優勝を確信していたのか安全策をとったようだ。中島のルートはきちんとプランがしっかりと出来ているいて、ぶれていない分が他の選手との差となって現れている。

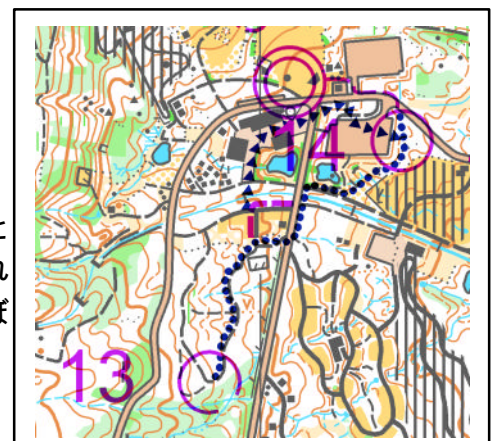
15 → F

男子にコメント同じ、臼倉はここでもルートミス。お疲れ様でした

ME, WEとも試走の段階で、十分な検証ができていて、あとは選手がこちらの予想どおりのパフォーマンスを見せてくれば、規則どおりの優勝タイムになるであろうと考えたが、ほぼ満足のいく結果となった。



▶▶▶▶▶	臼倉	10:20
-----	中島	10:51
-----	関谷	12:22
.....	米谷	12:45
.....	幸村	12:02
-----	井手	13:03
-----	阿部	12:48



翌日のクラブカップでは、一転して細かい区域で細かいナビゲーション能力を問う設定でコースを組ませてもらった。同じテレインでありながら、まったく別の様相のオリエンテーリングを提供したのだが、十分に楽しんでもらえたであろうか。

尚、例年ページを割いて掲載されている優勝者のルート図は、本解説で全ルートが網羅されているので割愛させていただく。

一般クラス

一般クラスも、ロングの併設であることを念頭に置いた。過去の成績を見ると、ロングの併設で 30 分以下の優勝タイムのコースもまま見られるが、今回は要項のタイムより優勝が短くなるようなことは避けたつもりである（日本のエース格である過年度生の松澤は別）。また、課題設定も、それぞれのクラスに適した、あくまでもロングの併設であることを念頭にコースを設定した。

最初にしたように、わが国ではちゃんとした考えの元に設定されたロングのコースというのは本当に少ないと思う。本稿では、設定の際の考え方、試走段階での検証まで含めて、できるだけ詳しく書いたつもりである。学生選手権なので ME で 80 分という規則があるので、このようなコースになったが（スキー O・日本のエースの堀江君が、併設の同じコースを 75 分で走りきっている）、シニアエリートでは、さらに 10 分間分の課題を用意しなければならない（世界レベルでは + 30 分）。進化した地図と同様、選手権という試合、ロングという種目にふさわしいように、よく練り込んで十分に検証した良質のコースが、今後も提供され続けることを願うばかりである。