

## 本大会までの準備

大学四年間ずっとオリエンテーリングを中心に活動していた。そのため最後のインカレが終わったらオリエンテーリングは続けるものの研究やまた違ったものを中心に活動しようと思っていた。しかし最後のインカレでは思ったような結果が出ずこのまま終わるのは悔しかったためもう少しがんばろうと思い、選考会に参加しました。インカレ後あまりトレーニングができていなかったのも、体力的には不安が残っておりミスを少なくまとめていこうとレースに臨んだ。選考会の通過後は世界選手権に出るということでインカレ後に下がっていたモチベーションもあがりトレーニングがはかどり、月に200~250kmほど走った。このとき読図走を意識していてインターバルトレーニングの休憩の時間に地図を読むなどほとんどの練習では地図を持って走った。またどこに行くときも地図を持って周りに人がいなかったら歩きながら地図を読んだりしていた。とにかく地図を読むことを意識して生活していた。

## トレーニングキャンプ

トレーニングキャンプでは毎日違うトレインに入ることができた、移動に関してもバスで連れて行ってもらえることができて何不自由なく練習することができた。海外の地図は日本とは地図の表現が大きく違うのかと思ったがそれほど違和感はなかったが小さいテラスを茶色いまるで表記するなど日本ではあまり見られない表現も見られたので確認していた。そして一日一日入れる時間が限られていたので集中して丁寧に練習することを心がけていた。宿では同部屋だった尾崎から海外のオリエンテーリング情報を聞く、一緒に地図読みをするなどよい練習ができた。

## レースについて

### <ロング>

レース序盤ロングレッグの途中、後ろから来たスウェーデンの選手に追いつかれる。ルートも同じようだったので少しついていくが上りで離されてしまった。その後何人も海外の選手に追いつかれたがみな一様にのぼりが速かった。みな止まらずにリズムよく登っておりスピードの差を感じた。道走りとくだりのレッグはがんばればついていけるころはあったが登りは本当についていけなかった。後になり海外の選手のルートを見ていると自分の通ったルートとは違っておりただでさえ足の遅い自分はルートだけでもベストなものを選べるようにしたい。最後に海外のロングレースはタフコースだった。

### <ミドル>

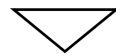
ミドルは自分の中で一番楽しみなレースだった日本では見たことのないような平らな地形が広がっていて全体的に白くとても走りやすそうでわくわくしていた。レース直前三分前枠で少し緊張したが緊張しすぎることはなくいい緊張感でスタートすることができた。日本での地図読みの段階からミスをしたらリロケートが難しいというのはわかっていたので序盤はスピードを抑えてミスをしないようにしていた。途中前にいた選手に追いついてしばらく一緒に走っていた。しかし中盤藪が濃いゾーンにて脱出の際にコンパスをしっかりと見ることを怠ってしまったため大きくミスをしてしまった。前半の見通しのよいゾーンでは方向が少しずれていても遠くを見ることで修正することができたが藪の濃いゾーンではそれができず方向のずれが大きいミスにつながってしまった。海外の選手は A やぶの中でももちろん速いが B やぶの中でもぜんぜんスピードが落ちず、また直進もずらすことなく当てていた。

### <リレー>

1ポで藪の中を直進するレッグがありそこで大きくミスをしてしまった。その後は丁寧にこうと自分に言い聞かせて走った。前日に入ったこともあって藪が目立つということはわかっていたのでやぶをチェックポイントに取りながら走った。終盤ミドルの時に追いついた中国の選手にまた追いついた、ミドルの時は追いついた直後に大きくミスをしたのであせらずに走ろうと決意。その後この中国の選手と一緒にビジュアルを通過してそのままゴールした。



一走 松下



二走 高橋



三走 戸上

## 今後について

今回ユニバーに出場するに当たって目標は全てのコントロールにスパイクするというものにしていました。しかし結果は全くそのようなものではなかった。いくつかスパイクできたのはあったがほぼ何かしらミスがあり目標を達成することはできなかった。まだまだ自分はへたくそであると海外の選手を見てよりいっそう感じた。そして同時に海外の選手のようなカッコいいオリエンテーリングをしたいとも感じた。インカレが終わって大きな目標がなくなってしまったがまた新たな目標ができた。海外選手のようなコントロールにスパイクするカッコいいオリエンテーリングを目指してそれに向けて努力していきたい。

## 感想

ユニバーはとても楽しかった。朝起きたらオリエンテーリングをして帰ってきたらご飯を食べて寝るという生活を繰り返して毎日合宿のようだった。メンバーにも恵まれていて宿での生活も快適だった。はじめは海外に出てオリエンテーリングをするのは不安が大きかったがいざいってみるとそんな不安を感じる暇もなく毎日が過ぎていき充実していた。またユニバー期間中は海外の選手や各大学の選手からたくさん有益な情報をもたらすことができたのでこれを自分の中だけにとどめておくのではなく後輩に伝えていければと思う。

## 最後に

今回このような大会に出られたことは自分だけの力では無理でした。たくさんの人に支えられて走ることができました。大西さん、ボブさん、チームのみんな、学連の方々、新大 OC のみんな本当に感謝しています。ありがとうございました。

