

第14回東海学生オリエンテーリング選手権大会 選手権クラス WEコース解説

コース設定者
石山 良太

はじめに

選手権クラスのコースは、以下の2点を考慮し設定した。

- 体力・精神力を強く要求する
- さまざまな種類のレッグを織り込み、オリエンテーリングの総合力を試す

なお、コース設定にあたっては「日本オリエンテーリング競技規則および関連規則類の運用に関するガイドライン」に示される「オリエンテーリング競技形式の概念と基準」を参考とした。

付表2 オリエンテーリング競技形式の概念と基準

競技形式	ロングディスタンス競技	ミドルディスタンス競技	スプリント競技	リレー競技
コントロール	技術的に難度の高いものを含む	一貫して技術的に難度が高い	技術的に容易	技術的に難度の高いものを含む
ルート選択	広域のルート選択を含む重大なルート選択	中小程度のルート選択	難しいルート選択で、高い集中力を要求	中小程度のルート選択
走行タイプ	体力を要求。持久力とペース配分の判断力を要求	高速度であるが、トレインの複雑性への対応を要求	非常に高速度	高速度。同一のコントロールかどうかかわからない他の競技者との接近
トレイン	良いルート選択が可能で体力的にタフなトレイン	技術的に複雑なトレイン	非常に走りやすい公園、街路、森林	いくつかのルート選択が可能で、適度に複雑なトレイン
地図	1:15,000 [JSOM]	1:10,000 (1:15,000) [JSOM]	1:4,000 または 1:5,000 [JSSOM]	1:10,000 (1:15,000) [JSOM]
スタート間隔	Eクラス 2分以上 Eクラス以外 1分	Eクラス 2分以上 Eクラス以外 1分	1分	マス (一斉) スタート
優勝設定時間 (Eクラス)	M21E 90分 W21E 75分	M21E 25~35分 W21E 25~35分	ME 12~15分 WE 12~15分	ME 135分 (3人) WE 120分 (3人)
まとめ	オリエンテーリングのすべての技術とともに走力と体力が試される。	適度な時間にわたって、速く正確なオリエンテーリングが要求される。小さなミスが致命的となる。	速くて見やすくわかりやすいオリエンテーリングである。多くの観客の前で行う見せるオリエンテーリングである。	3人の走者からなるチーム競技で、接戦を基本とする競技である。観客にとっても競技者にとってもエキサイティングである。

IOF 競技規則 Competition Formats に準じる。

WEクラス

3.4km ↑ 200m 優勝設定時間55分

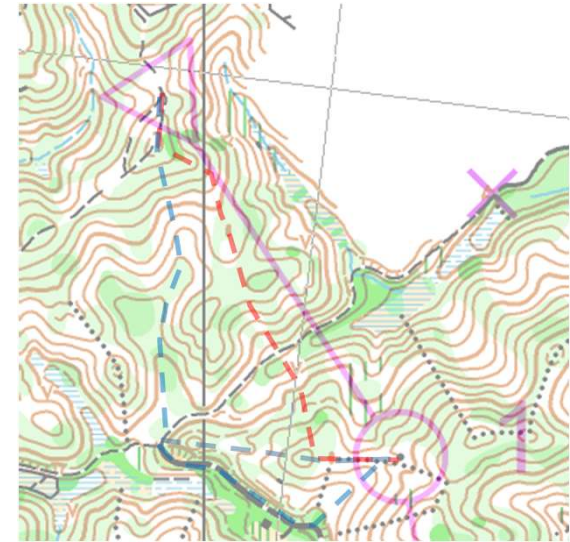
- | | |
|-----------|---------|
| 1. 藤井 菜実 | 0:54:35 |
| 2. 長崎 早也香 | 1:06:50 |
| 3. 横山 結女 | 1:14:48 |
| 4. 伊藤 奈緒 | 1:28:15 |
| 5. 小野 花織 | 1:41:48 |
| 6. 山本 穂波 | 1:47:58 |

△→1→2

△→1

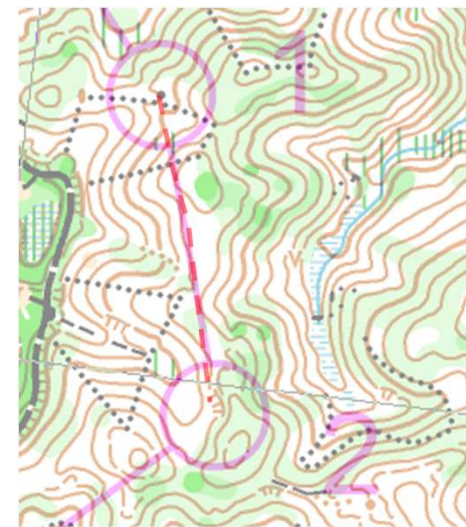
難易度はかなり高い。緩やかな尾根上で現在地をロストしやすく、正確にナビゲーションをする必要がある。自信が無かったり不安になったら、南の道に一度出てしまうのも1つの手である。

トップは横山選手。



1→2

レッグ線上の尾根を走れば辿り着けるが、1からコンタ3本分登らなければならぬことに注意。



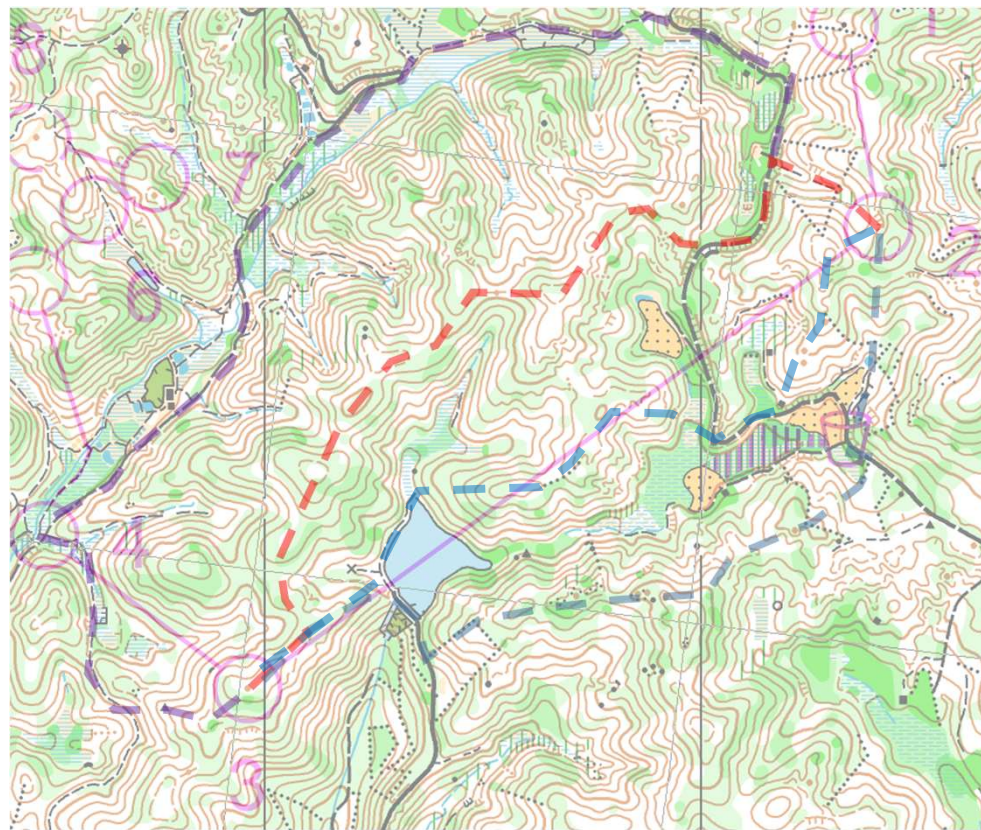
2→3

2→3

本コース距離の26%を占めるロングレグである。

MEの9→10と同様，自分の能力に適したルートを選択し，正確に実行することが重要である。

トップは藤井選手の15:14
山塊と山塊の間の湿地を通ることによってアップを最低限に抑えていた。



逃げのルートとして道巻きも残したが，さすがに遠すぎたのか，入賞者の中で選んだ選手はいなかった。

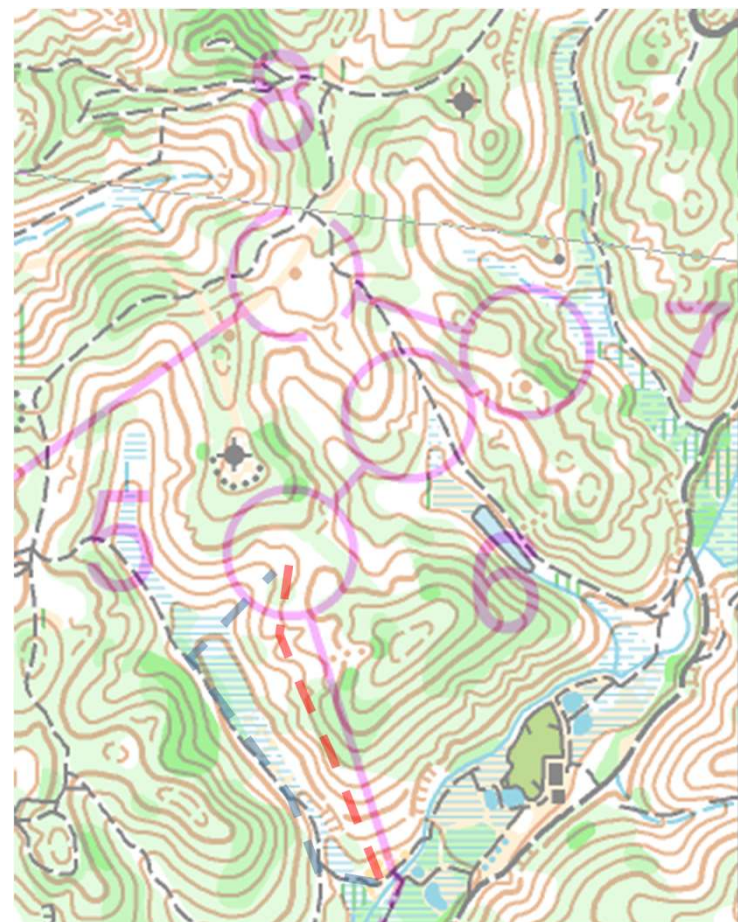
4→5

4→5

斜面を斜めに登るレッグ.

MEの隣接コントロールが手前
にあるので注意したい.

ぎりぎりまで小径を引っ張り,
現地の渡りやすいところで湿
地を切るのも速い.



5→F

※WEの5→FはMEの12→Fと同様のため省略

総評

優勝設定時間(55分)は甘めに設定したつもりであったが、結果的に68分(20:00/kmペース)を切る選手がたった2人と厳しい結果となった。

- △→1等, ナビゲーション的に難しいレグが多かった
- 全体的に女子選手にとっては体力的に厳しかった

といった反省点は挙げられるが、インカレ出場を目指す選手にはもう少し頑張ってもらったというのが本音である。

一方で、優勝設定時間を叩き出した藤井選手にはコース設定者として感謝すると同時に、インカレ本番での活躍を期待したい。