

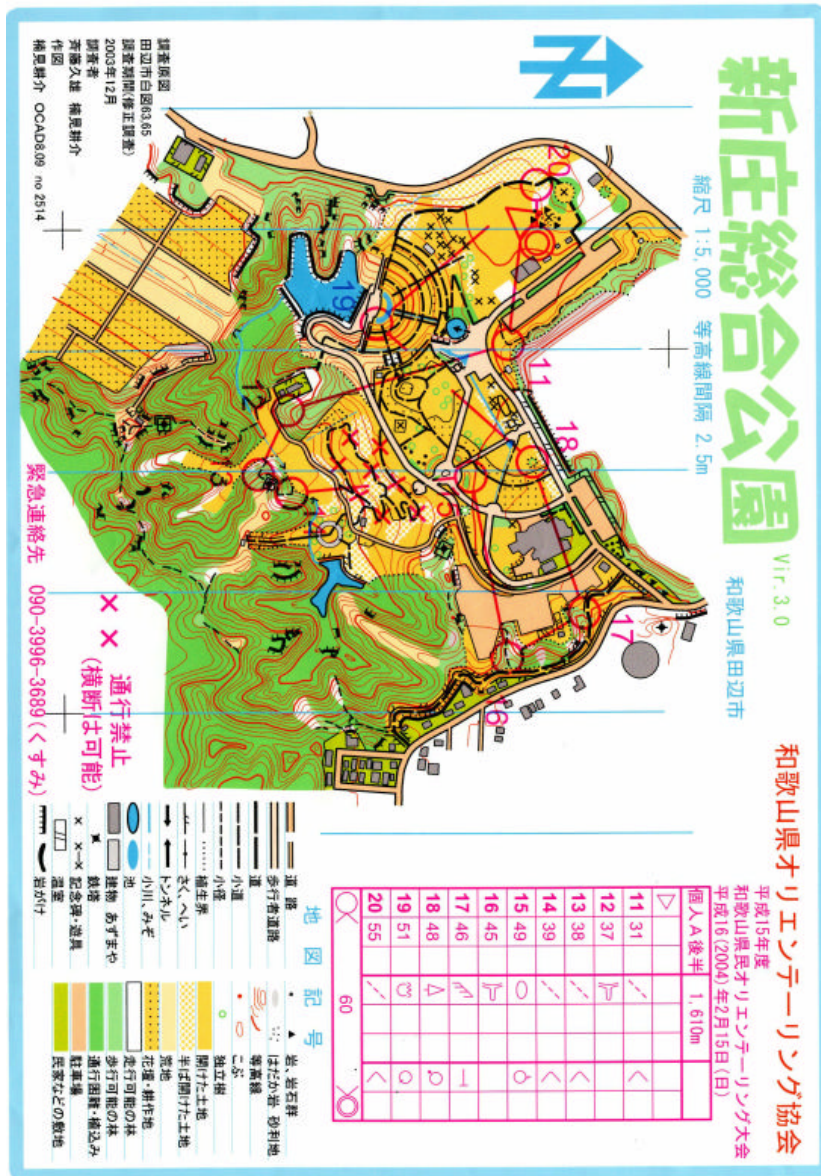
Resultのコーナー

2004/2/15 平成15年度和歌山県民オリエンテーリング大会at新庄公園 (和歌山県田辺市)

個人A

- 1 前田 春正 (KOLA) 0:42:35
寺田 保 (KOLA) ラスコンパンチミス

前田さん優勝！



テーマトークのコーナー 「酒」

編者 永瀬

< 前田 >

今回は酒。

私は苦手、ビールオンリー

飲めばすぐ、真っ赤になるし、

飲みすぎると気分が悪くなるし、

でも何をやったかはよく覚えている。

電車待ちのホームで突然くずれ落ちたり

電車に乗れば各駅下車、いつ、家に着くやら

真っ赤になる利点、飲みたくないときはこの顔を見てください！！

でこんなところですかね



< 横田 >

「酒」…。 “とりあえずビール” という派で、たいしたこだわりはないのですが、アルコールには弱いんです。そのためか、どんなに酔いつぶれても、今まで二日酔いで苦しむということはしたことがありません。大学時代は、それこそ限界まで飲まされて酔いつぶれることも多々ありましたが、最近は、前後不覚になるまで酔わないですね。でも、寝てしまって電車で乗り過ごすということは時々ありますけど。

酒の銘柄には、こだわりはありませんが、日本酒は辛口が好きです。ワインは安物の口当たりがいいものが好みで、ビールは苦みの強いものの方がいいですね。それなのに最近は発泡酒で間に合わせて、それに口が慣れてしまっているのが怖いなぁ。 みなさん、酒は、楽しんで飲みましょう！

< 平山 >

酒は強くありませんが、酔い始めるととめどなく飲んでしまい翌日二日酔いに苦しむということが多々あります。同年代では珍しいビール好きで、風呂上りに飲んだりします。もう立派なおっちゃんの仲間入りですね。

< 永瀬 >

お酒は、好きなほうでも、普段はあまり飲まない。月に1回あるかないかの飲み会以外は、週に1回飲むか飲まないか程度。夜勤明けは、お酒を飲んでから寝る人も多いと聞くのですが、私は飲みません。お酒を飲まない方が熟睡できるから。

好きな銘柄は、ビールなら「スーパードライ」、発泡酒は「本生」とアサヒビール関係。チューハイは、氷結」とこちらはキリン。密かに、日本酒も好きですが、好きな銘柄を語れるだけのものはありません。熱燗にしてみると、どれも同じように思います。

新聞特集にオリエンテーリング

1月の読売新聞に、オリエンテーリングの特集が載っていました。

日曜日 朝刊 第1版 山形県 山形市



林の中の道は、上から下まで、木々の影が落ちて、静かだ。山形県山形市、山形市立中央公園内。

地図片手に 森を駆ける

トライ

入門 挑戦

オリエンテーリング

歴史ある名前を知ってはいいても、実際に森に入れば、少いといふ不思議なスポーツ、オリエンテーリング。はじめて、メジャーなスポーツとあられ、世界中に注目を浴び、世界大会が開催されている。

毎年国際大会が開催される。本格的な競技だ。コンパス（方位磁石）と地図を手に、森を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。



オリエンテーリングの地図

何はなくても、これだけは必須。地図に書かれたコースを辿る。

コンパス（方位磁石）

方位は、オリエンテーリングの地図に書かれたコースを辿る。

コントロール（通過地点）

森の中のポイント。ここを通過した証を証明。バッチで穴をあける。オリエンテーリングの地図に書かれたコースを辿る。

約1時間の行程 選手は走りづめ



オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。

オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。

オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。

オリエンテーリングは、地図とコンパスを使い、森の中を走り回り、旗を刺す。ゴールまで、最短のルートで走り抜ける。

●問い合わせは、日本オリエンテーリング協会（〒155-8502東京都渋谷区神南1の1の1）
〒155-8502東京都渋谷区神南1の1の1
〒155-8502東京都渋谷区神南1の1の1
〒155-8502東京都渋谷区神南1の1の1

樋口さん（朱雀OK）の話です。

去年の10月に話があって朱雀の水曜日のトレーニングと下山大会に記者が取材に来たそうです。(朱雀の相川君が持ってきた話のようだけど。)そんなに大きく載るとは知りませんでした。モデルを務めた佐藤渚さんはみんなドロドロになっていた。下山大会でもさわやかにゴールしてましたが。



オリエンテーリング

欲張らず 急がば回れ

「鑑戒を知るには、大会に出るのが手っ取り早いですよ」
愛知県オリエンテERING協会の新井誠事務局長の勧めで、同県東加茂で開かれる全国大会にいそいそ参加することになった。

「英文を語らない記者だ、初心者向けだからもあるオリエンタリシクは心憎い」に加えて、
「（コースは易しい）、距離も三キロと短いから大丈夫ですよ」と日本リリーエンターテインメントの古賀江。事務局員。

上野からうろつく選手は

まずはお腹を見て、ジョヤン
グ風気でのんびりわく。最初の
酒席ホストは、スタートして三
日目の先。敷居高い見つけた
た。問題はここから。一般道
から、暗いような小道を通り、
森の中へ。雲な坂道や断崖を
抜け、次の酒席ホストを一

距離	所要時間
10km	10分
10km	10分
10km	10分
10km	10分
10km	10分

東通からスノースクート

子

レース直前までコース極秘

[illegible]

コース名	スタート地点
最速道(最速者2名付)	兵庫県神戸市(本町)駅より、リネ、最速者2名、協会会
たごのねむき(最速者2名付)	上尾駅(西口)駅より、最速者2名、協会会
元加路(埼玉県加路市)	西武池袋線(元加路)駅より、最速者2名、協会会
表道津、南道津(東京都八王子市)	東武東上線(表道津)駅より、最速者2名、協会会
表道津、南道津(東京都八王子市)	東武東上線(表道津)駅より、最速者2名、協会会

ながさきふれあい館 (長崎市)	JR東海新幹線「新大塚」駅(三田町)から 下車、ながさきふれあい館の森田バスセンター前
市民理事の森(奥丸山町・佐世保市)	名鉄「小丸」駅乗り換えニータライナー 「桃花台公園」駅前
中治平野駅(宇都宮市宇治市)	京浜東北線「宇治」駅前
大瀬郷(大森市)	JR大塚線佐原駅「大塚城公園」駅下車、 大塚城大塚線バス停(大塚)より徒歩
高取(奈良県高市町)	近鉄奈良線「高取」駅より徒歩 高取町教育委員会まで約5分

品牌 (以通用汽车为例)	品牌名称: 通用汽车
--------------	------------

[illegible]

Info 日本ではあまり知られていないが、ドイツは国内に約600万頭、同僚畜(鶏)は3,346万・45万(単位:千羽)ほど飼育されており、このうち肉用鶏を特産。肉用鶏は、ドイツを問い合はせるのがベストだ。肉用の人気は、ドイツでは鶏やコンビーフよりも白う・四角肉の鶏やコンビーフの肉を好む。肉用鶏は、ドイツでは鶏やコンビーフよりも白う・四角肉の鶏やコンビーフの肉を好む。肉用鶏は、ドイツでは鶏やコンビーフよりも白う・四角肉の鶏やコンビーフの肉を好む。

縣々と王國。『いつの世の思ふ』山下
わすかなすき道を回がけて車が突
込込む。反対車線を悠々と走り。
対向車とぶつかる瞬間までよけな
い。生きた心地がしなかった。
帰国後、かなりの世帯にも動い

では、**「楽しめるから、読書も楽しい」と**

軽々と
 王座。
 「いつ
 との思
 い、山下
 きた。
 では、
 と思っ
 の中、

わずかなすき間を回がけて車が突
 っ込む。反対車線も急ぐと走り、
 対向車とぶつかる直前までよけな
 い。生きた心地がしなかった。
 帰国後、かなりの西側に移動し
 なくなった。「車に長く乗って
 いるから、渋滞もうれしむ」と
 いう山下さんの心境には、まだま
 だ及ばないが。(記)

平遥平遥堂(平遥平遥堂)	平遥平遥堂
大德堂(大德堂)	大德堂
高家(高家)	高家
高家(高家)	高家
高家(高家)	高家

宇治「宇治」駅	10km程度
嵯峨「大宮城公園」駅下車、 大宮駅へバス	8km程度
京都「香林山」駅から徒歩 （教育委員会へ受け付け）	10km
嵯峨、観光案内所前	10km

※各スタート地点に、オリエンテーリングの案内板などがある

雪は、もう少し
かかったかも。
横巻山に雪を二
三センチ、もった
にします。

(8) 二

スノースクートです

SpEECh

Special EEC headlines

Produced by the IOF Elite Events Commission

Published by the
International Orienteering
Federation



Members of the EEC:

Maria Nimvik SWE, Chairman

Ove Gasbjerg DEN

Barry McCrae AUS

Rimantas Mikaitis LTU

Hideo Onoe JPN

Frauke Schmitt Gran GER

Erlend Slokvik NOR

maria.nimvik@n3sport.se

hibnis@inet.uni2.net

mccrae@acer.edu.au

lof@post.sonexco.com

onoe@orienteering.com

frauke@halden.net

erlend.slokvik@hnmorge.no

SpEECh is edited by Clive Allen

No.2: February 2004

New World Cup Guidelines

Work has been going on through the winter to update and expand the World Cup Guidelines, which provide a wealth of good advice and information about everything that has to be thought about and considered when staging a World Cup event. The Guidelines now include cross-references to the relevant IOF Competition Rules. The section on timing has been re-written to take account of new technological developments, and there is a new section concerning doping. Also included now are important reference items such as discipline descriptions and the Leibnitz Convention.

The new Guidelines will be available shortly – downloadable from the IOF website www.orienteering.org.

Help us Collect the Best in Expertise

EEC has decided to create a collection of good examples and experiences from senior elite events and make them available as a document to supplement the World Cup Guidelines. Specific aspects of event organisation, arena

layouts, facilities for runners, the media and spectators etc. will be included, large and small.

Contributions to the collection are welcomed; send an e-mail to Clive Allen, icallen@tiscali.dk, with details of the event and date and the particular feature which you feel was particularly noteworthy. Photos and diagrams should be attached where these help to illustrate the feature. Material on paper can be sent to EEC via the IOF Secretariat.

WOC and World Cup Programme News

Whilst the elite orienteering world is now focussing on this year's World Championships in Sweden in September and the World Cup events – in Denmark in mid-July (incorporating the European Championships) and the World Cup Finals in Germany in late October – planning for the World Championships and World Cup races in 2005 and 2006 is well under way.

A reminder of the programme for the next two years:

2005

World Cup, Great Britain, 1–8 May
World Games, Germany, mid-July
WOC in Japan, 9-15 August
World Cup Finals, Italy, 1-6 October

2006

World Cup/European Championships, Estonia, early in May
WOC in Denmark, the first week in August
World Cup Finals, France, the first week in October

Three nations have applied to IOF to host the 2008 World Championships: Czech Republic, France and Hungary. The same three nations, with the addition of Norway, have applied to host the 2009 Championships. Applications have also been received to hold World Cup races in 2007.

World Cup Entries – Denmark, July

Each Federation may enter up to 6 women and 6 men in each individual competition in the World Cup (IOF Rule 6.8) and up to 2 women's and 2 men's teams in each relay competition (Rule 6.9). So at the World Cup/European Championships in July, where competitions in all disciplines will be held, a nation's team could theoretically consist of 24 women and 24 men, each person running in just one competition. The statement on entries in Bulletin 2 for this event is incorrect; a correct statement will be included in Bulletin 3.

WOC 2006 – Embargoed Areas

The organisers of WOC 2006 (Denmark) have recently circulated a revised list of embargoed areas for the Championships. A number of areas have been removed from the list and there are 4 new areas. Full details can be found on the WOC 2006 website, www.woc2006.dk.

Focus on High Quality

The EEC Activity Plan for 2004 is focussed on consolidation and ensuring a high quality of the senior elite events which EEC is responsible for – World Championships, the World Cup and the World Games along with World Ranking Events. Rather than experimenting with new race formats and organisational methods, the emphasis is on organising all aspects of the events at as high a quality as possible. To this end, work is progressing on improving the training of IOF Event Advisers (see below) and getting consistently good web coverage of major events, to go with the improved event Guidelines referred to above.

Event Advisers

A joint meeting was held recently between EEC and the Foot Orienteering and Rules Commissions at which event advising was the main item on the agenda. It was decided that the role of a Senior Event Adviser (SEA) needs closer

definition, and work on this is now under way. A seminar for SEA's, open to all, will be held at the World Championships venue on 17th September. The special demands and course planning of the WOC 2004 Sprint Final, timekeeping issues, WOC 2004 arrangements for media and spectators, and organisation of a team leaders' meeting are currently planned as 4 of the items in the seminar programme.

Events Programme Group

Here is a short status report from Frauke Schmitt Gran on the work of the Events Programme Group:

The return flow of the questionnaires was good: 29 Federations, and 61 runners and coaches from 23 different countries, answered their respective questionnaires. In total, opinions from 35 nations have been received.

Concentrating on events for the junior and senior world elite, the main results from the evaluation of the questionnaires are:

Federations:

- *WG*: Strong support, only a few reservations.
- *WOC*: annual WOC is favoured by most federations, but it has increased the costs for both federations and athletes.
- *JWOC*: High level of overall satisfaction with the current format and conduct of JWOC.
- *WCup*: Less than half the federations are satisfied with the change from bi-annual to annual WCup, the main concern being costs. On the positive side: there are increased opportunities for athletes to experience high international competition.
- *ROC*: There is strong agreement (25 of 29) for the (continued) development of ROCs.
- *Financial support of elite teams by federation*: Support for WOC and JWOC as far as possible (e.g. all paying event fees, half supporting a training camp). However, some nations are unable to

provide financial support for travel and/or accommodation. Less support for WCup and ROC.

- *Event hosting - bidding for world events*: JWOC is clearly the more likely event for which federations are likely to bid, with the least likely event being WOC. In between lies WCup.

Runners and Coaches:

- Today's programme is not financially viable for the majority of runners and coaches.

- WOC has top preference, then comes nothing, then WG, WCup and ROC evenly.

- ROC may replace WCup for Europeans, but not for non-Europeans.

And, the question remains:

What events should be offered to non-Europeans, beyond WOC, to keep the programme "world-wide"?

Abbreviations:

WOC = World Orienteering

Championships

ROC = Regional Orienteering

Championships, e.g. European Championships

WCup = World Cup

WG = World Games

At the IOF Meeting in Helsinki in January 2004, the results from the questionnaires were presented to the participants (IOF Council and members of all Commissions). Suggestions for a new world event programme were discussed for one hour in small working groups composed of members of different commissions.

The results from these discussions were presented in plenum, and the EP Group will consider these suggestions. A draft proposal will be circulated to Federations and also to the EEC Reference Group for comments before it is presented to IOF Council in the middle of May 2004.

If YOU want to give your suggestions, ideas or comments, please feel free to contact frauke@halden.net.

Next EEC Meeting

EEC meets next in Roskilde, Denmark on 15th July 2004.

2月運営委員会報告

〔参加者〕

横田，保，強，永瀬

〔議案〕

【1】橋本大会について

- ・地図修正して利用
- ・要綱は、各学校に配布... 3月3日に橋本市教育委員会に持って行きました。

〔今後の予定案〕

- ・調査 ... 3日にテープ付け完了。7日に最終案の地図とコースを
K O L A 共有フォルダにアップしました。ご確認ください。
- ・3月21日（日） 午前10時 試走（現地駐車場集合）
- ・4月3日（土） 準備 午前10時 K O L A ハウス
3月の運営会議と兼用
- ・4月4日（日）実施 午前8時 現地集合
当日参加者予定者は連絡を！

【参加】横田、寺田保、強、永瀬，中井、白川、村橋、前田
藤田，松田，中村，河内谷

【不参加】平山

【2】千里大会参加者

メールにて確認。タクシーで行く人は、箕面駅前に9時半に集合のこと。

【3】総会について

- ・4月4日 橋本大会の後、現地で！
- ・総会の資料作成 ... 横田、保 など
- ・役員改選は今年は、なしだよ。

会 長	横田 実（総括責任者）
副 会 長	村橋和彦（部外折衝）
会 計	寺田 保（会計総括責任者）
事 務 局	寺田 強（岸和田市O L 連盟・体協関係責任者）
幹 事	前田春正、平山友啓、永瀬真一（広報）
会計監査	白川努（会計監査役）

以上任期 2005年4月

府O L 委員会委員 寺田 強

2005年4月

参加は、他の役員も交代で行う。

【４】今後の大会予定

- | | | | | |
|--------------------|--------|----------|------|------|
| ・全国一斉大会 | ... | 6月6日 | 場所 | 大阪城 |
| ・KOLAナイトOL | ... | 7月31日(土) | 場所 | 鶴見緑地 |
| ・KOLA+豊中含宿 | ... | 7月24~25日 | 場所 | ? |
| ・府民大会 スポレク開会式にあわせて | 10月31日 | 場所 | 鶴見緑地 | |
| ・KOLA新春大会 | ... | 1月3日(日) | 場所 | 大泉緑地 |

【５】大阪府オリエンテーリング委員会の件

[１]大阪府オリエンテーリング委員会運営について

平成17年度から事務局を移行 ... 見通しは??

[２]パーク0 in関西(大阪) ... 4月29日実施の大阪OLC主催の

パーク0 in舞州に複合させて実施する。

[３]全国一斉OL大会 ... 6月6日(日)

豊中OLC及び吹田OLC共同で大阪城コースで実施する。

- ・第15回朝日・大阪府OL大会(11月3日)の運営は岸和田KOLAにお願いする。
実行委員会を立ち上げ、実施方法を検討していただく。
- ・大阪府のスポレク組織委員会からの依頼事項
第15回朝日・大阪府OL大会をスポレク全国大会会場が大阪のため、
開会式の10月31日(日)に日程変更し、人員動員を図りたい。
大会は鶴見緑地公園を使用し、スタート・ゴールを開会式会場の
なみはやドームで実施してもらいたい。
- ・第17回ネンリンピック参加選手選考依頼
今年度のネンリンピックの競技にオリエンテーリングが加えられた。
大阪府代表選手の選考について、大阪府及び大阪市から大阪府OL委員会に依頼があった。選手選考レースは、6月6日実施の全国一斉OL大会
を指定レースにする。
- ・平成16年度西日本リレーOL選手選考指定競技は、大阪OLCの田中氏へ依頼
し、承諾を得る。15年度と同様の規定で実施する。
- ・インストラクター登録者に対するOL情報の提供を充実させる。
- ・平成19年度、20年度の全日本もしくは西日本リレー大会を大阪主管で実施
してもらいたい。しかし委員会の移行問題を抱える中、大阪としては
不可能である。
- ・平成16年度から競技者登録の変更になったことに対して、案内を今までに
登録した方に送る。

【大阪府オリエンテーリング委員会 その他 の行方??】

〔移管の件について〕

財政難などのこともあり、府委員会の移管も仕方ない面もあるが、問題はその重責をどこが担うかである。個人的には、やはり府最大のクラブ組織である大阪ＯＬＣに中心となってもらいたい...。委員会の事務局は持ち回りというわけにもいかないだろうから、事務局を中心として、それぞれのクラブでの仕事分担が必要になってくるだろう。ＫＯＬＡとしての役割も、考えていなければなるまい。

〔府民大会について〕

府民大会は数年前から府スポレクの中の競技としても開催している。“府民スポーツフェスティバル組織委員会”は、大阪府の「生涯スポーツ振興課」が中心になっています。（直通電話 06-6941-1585, sport-shinko@sbox.pref.osaka.jp, 担当藤井氏）。今回の件では、

- ・府ＯＬ委員会に頼んだのは、毎年の「府民スポレク」の話であって、「スポレク全国大会」のことではない。
- ・「全国大会」というのは、来年度（２００４年度）に大阪府で行われる「第４６回健康・体力づくり運動推進全国大会」のことである。
- ・「運動推進全国大会」の開会式が１０月３０日（土）に行われる。
３１日（日）は、その活動日にあたっていて、３１日に行う「府民スポレク」の開会式にできる限り多くの競技日程をそろえたい。
- ・そのために、府ＯＬ委員会に、鶴見緑地での開催を要請した。
- ・援助金の６万円という話はこれからのことでありどうなるかわからない。

ということでした。

そこで提案として、

- ・なみはやドームをスタート、ゴールにはできない。
- ・なみはやドームの開会式で、「オリエンテーリング参加券」を配布してオリエンテーリングにも来てもらう。（12:30スタートのスコアでは?）
- ・オリエンテーリング会場でなみはやドームの案内も配布して、2:00頃から催しにも来てもらえるようにする。（催し物は4:00ぐらいまで）

というような話もしました。

また、府委員会の中にあった、「西日本リレー」「全日本もしくは西日本リレー」というのは、「全日本リレー」「全日本リレーもしくは西日本大会」の間違いです。

OLカレンダー

「森を走ろう！」<http://www.asobox.com/o/> からの検索です。

年月日	大会名ほか	開催場所
2004/3/13	神奈川県民OL大会	〔神奈川、南足柄〕
2004/3/14	トレイル&パーク0大会	〔茨城、石岡市〕
2004/3/14	第13回高崎観音山OL大会	〔群馬、高崎〕
2004/3/20	明石海峡公園 パーク0大会	〔兵庫、津名郡〕
2004/3/21	第17回全日本高等学校選手権併設大会	〔栃木、矢板〕
2004/3/21	県立森林公園大会	〔静岡、浜松〕
2004/3/27	全日本強化講習会&平尾台OL大会	〔福岡、平尾台〕
2004/3/27	全日本大会前練習会	〔山口、美祿郡〕
2004/3/28	〔NRJ、JQA〕第30回全日本OL大会兼山口県民OL大会	〔山口、秋吉町〕
2004/3/28	虹の松原OL大会	〔佐賀、虹の松原〕
2004/4/4	第21回全沢太OL大会兼石川県民OL大会	〔石川、小松市〕
2004/4/4	第8回KOLA橋本大会	〔大阪、橋本〕
2004/4/11	YouthChallenge兼JJC&JJC&JJC選考会	〔愛知、〕
2004/4/18	第22回京葉OLクラブ大会オンライン申込	〔千葉、山武郡〕
2004/4/18	第18回新潟太OL大会オンライン申込	〔新潟、刈羽郡〕
2004/4/25	第2回奈の里いるまOL大会兼埼玉大OLK創立30周年記念大会	〔埼玉、入間〕
2004/4/25	甲山OL練習会	〔兵庫、〕
2004/4/29	海の中道海浜公園大会	〔福岡、福岡〕
2004/4/29	初心者OL教室兼パーク0in関西	〔大阪、〕
5/2-4予定	愛知3days	〔愛知、〕
???25/2	愛知OLC30周年記念深山の森OL大会	〔愛知、多治見〕
???25/3	つつじまつり大会	〔岐阜、〕
???25/4	GoldenChallenge兼愛知県民大会	〔、〕
2004/5/2	彩の国国体デモスポ行事OL大会	〔埼玉、〕
2004/5/2	岡崎ファミリーフェスタ	〔愛知、岡崎〕
2004/5/5	岐阜スポーツフェア	〔岐阜、岐阜〕
2004/5/9	初心者・ファミリー向けOLの集い	〔奈良、奈良〕
2004/5/9	OLフェスティバル	〔和歌山、〕
2004/5/9	京都カップ第1戦	〔京都、〕
2004/5/16	やさしいOL教室	〔岐阜、各務原〕
5/22-30	APOC2004	〔カザフスタン、〕
2004/5/23	第13回石川県民スポレク祭OL大会	〔石川、石川〕
2004/5/23	第11回国民健康オリエンテーリング大会	〔韓国、〕
2004/5/23	第9回東京OLベテランズ大会	〔埼玉、越生町〕
2004/5/30	第25回上越市OLC大会	〔新潟、上越〕
2004/5/30	第24回市販戦	〔大阪、箕面〕
2004/6/6	第26回東大OLK大会オンライン申込	〔埼玉、秩父〕
2004/6/13	京都カップ第2戦	〔滋賀、甲賀郡〕
6/19-20	さくらんぼ争奪OL山形2日間大会	〔山形、〕
2004/6/20	関西学連インカレロングセレクション	〔三重、青山町〕
2004/6/20	パーク0in関西和歌山大会兼全国一斉大会	〔和歌山、海南〕
7/24-25	豊中+KOLA合同夏合宿	〔、〕
7/31-8/1	仙台OLC創立30周年記念大会	〔宮城、仙台〕
???27/31	仙台OLC創立30周年記念大会 ロング	〔、〕
???28/1	仙台OLC創立30周年記念大会 リレー	〔、〕
2004/7/31	第18回KOLAナイト0大会	〔、〕
2004/8/1	第24回コンタース練習会	〔、〕
2004/8/8	第56回石川県民体育大会OL競技	〔石川、加賀〕
2004/8/29	第27回東北大学OL大会	〔宮城、〕
2009/4/5	第19回ナイト&デイ大会	〔岡山、岡山〕
2004/9/5	北太大会	〔北海道、〕
2004/9/23	秋の練習会	〔、〕
2004/9/23	岐阜スポレク祭OL	〔岐阜、〕
2004/9/26	パーク0in関西兵庫大会兼県民大会	〔兵庫、〕
2004/10/3	第12回クラブカップリレー 大会	〔長野、駒ヶ根〕
2004/10/17	ねりんぴっくぐんま大会	〔群馬、〕
2004/10/24	岡崎市民OL大会	〔愛知、岡崎〕
2004/10/31	〔予定〕第2回トレイル0九州大会	〔長崎、〕
2004/11/3	朝日・大阪府民大会	〔大阪、〕
2004/11/3	岐阜レクリエーションフェスティバルOL	〔岐阜、〕
2004/11/3	パーク0	〔静岡、浜北〕
2011/6/7	〔予定〕JapanChallenge	〔愛知、〕
???211/6-7	〔予定〕JapanChallenge1兼国際パーク0兼愛知スポレク	〔、〕
???2211/6-7	〔予定〕JapanChallenge2兼〔JQA〕東日本OL兼全日本学生選手権ロング	〔、〕
2004/11/14	ならスポーツフェスティバル21兼パーク0	〔奈良、〕
2004/11/14	群上ハ幡城もみじ祭OL	〔岐阜、八幡町〕
2004/12/4	京都カップ第3戦兼パーク0in関西京都大会	〔京都、城陽〕
2004/12/5	第21回ウェスタンカップリレー	〔京都、宇治〕
2004/12/12	真備町OL大会	〔岡山、真備町〕
2004/12/12	関西学連第3回定例戦兼新人戦	〔奈良、〕
2004/12/19	ASKオリエンテーリング大会	〔愛知、〕
2005/1/1	第29回元朝OL大会	〔神奈川、〕
2005/1/2	第21回七福神OL大会	〔東京、青梅〕
2005/1/9	〔JQA〕第13回全日本リレーOL大会	〔埼玉、〕

A i m i n g

長嶋さんでさえ倒れてしまった昨今、あなたは、きちんと健康管理していますか。健康には気をつけましょうね。