

第16回クラブカップリレー参加報告(over300で3位！)

永瀬

昨年に引き続き、リスタートを回避した上で完走をすることができました。順位の方は、昨年の正規チーム60位から暫定35位(正規チームチェック次第で少しするかも)と、アップしました。多分に、参加チーム数減による部分もありますが、昨年度はKOLAより遅い完走した正規チームは3チームに対して、今年は8チームありますので、胸をはって、順位アップと言えます。また、今年は、初めてover300の対象チームとして登録し、3位でした。(去年も実は対象だったのですが、まだそこまで年齢ポイントが積み上がっている認識がありませんでした。)

1. JOA公認(カテゴリB)加賀海岸ミドル大会

土曜日の朝から出発できた5人(保、横田、永瀬、平山、白川)が参加しました。要項公開が3週間前とか、プログラム公開が前日とか、スタート30秒間隔(しかも21A、35AはSが同じ)とか、公認大会の規則とかガイドラインがないがしろにされた大会でした。そんなことを忘れれば、オリエンテーリングとしては、十分に楽しむことができ、翌日に向けて、良い調整となりました。胃の調子が悪いという横田先生も無事、完走。翌日の走順も予定通りということになりました。

2. 宿

今年は、石川粟津亀の井ホテルに宿泊。前田さん、奥野さんも無事、夕食に間に合う時間に合流できました。夕食後は、加賀海岸を走る上での注意点を再確認しました。

3. クラブカップリレー

会場は、緑丘小学校。今年も、スペクターズレーン前をしっかりと確保しました。

さて、今年の目標も、

「一に、怪我せず、楽しく。」「二に、ペナせず、完走。」「三に、リスタート回避。」

さらに、リスタート回避に向けて、期待タイムを設定。(といいつつ期待タイムの長い側を積み重ねると、リスタート5分オーバー。)

この目標と期待タイムを当日掲示しました。

今年の走順の特徴は、10年振り(KOLAとしてクラブカップクラス初出場の甲信ハヶ岳)に、前田さんを1走とし、白川君を2走にしたことです。前田さんの1走の実績(全日本リレー、APOC)と加賀海岸の経験、白川君が実力を発揮するのは2走以降であろうことを考慮しました。結果的に、この走順は、成功したのではないかと思います。

【1走(前田)】

10年ぶりの1走。ひょっとすると1走中最年長?と思いましたが、多摩OL-Cの児玉さんについて2番目でした。期待に応えて、好スタート、期待タイムを上回る滑り出しです。

【2走(白川)】

1走から解放され、伸び伸びとオリエンテーリング。前田さんに引き続き、期待タイムを上回り、貯金を積み上げました。

【3走(横田)】

体調不良のなか、しっかりと4走につないでいただきました。1、2走の貯金を使う形となりましたが、3走までの時点での期待タイムの範囲をキープ。

【4走(奥野)】

山でおリエンテーリングは、去年のクラブカップ以来?部活顧問でのトレーニングと前日の宿でも一番、加賀海岸の地図を勉強した成果で、期待タイムを上回り、貯金を積み上げます。

【5走(保)】

去年のクラブカップに引き続き、期待タイムを上回り、さらに貯金を積み上げました。

【6走(永瀬)】

6回目の6走。リスタート回避は確実ななか、全日本リレー大阪MS代表枠争いを意識したレースで、期待タイムを上回りました。

【7走(平山)】

去年は、ちょっと遅くて、皆を心配させましたが、今年は、期待タイムギリギリで帰ってきました。

1	京葉OLクラブA	斉藤和助			大塚友			神田康				
	3:54:48	AX	0:29:27	10	BY	0:29:39	16	3D	0:41:59	3		
	(4)	48男	0:29:27	24	30男	0:59:06	12	23男	1:41:05	5		
35?	K O L A	前田春正			白川努			横田実				
	6:49:04	AX	0:43:14	30	BY	0:39:39	35	3C	1:03:57	32		
	(60)	62男	0:43:14	63	30男	1:22:53	57	45男	2:26:50	52		
	小山清	早野哲朗			櫻本信一郎			寺垣内航				
	4J	0:25:04	5	5F	0:31:27	6	6G	0:34:10	6	7H	0:43:02	3
	50男	2:06:09	4	49男	2:37:36	3	27男	3:11:46	4	27男	3:54:48	1
	奥野有弓	寺田保			永瀬真一			平山友啓				
	4J	0:54:37	80	5F	0:45:08	36	6G	0:45:15	23	7H	1:29:23	37
	30女	3:21:27	66	62男	4:06:35	65	40男	4:51:50	57	30男	6:21:13	57

4. 帰路

まずは、セントピア芦原に向かい(迷いながらですが)、疲れを癒しました。その後は、沖味処 満萬というところで、ちょっと豪華に打ち上げし、帰路につきました。

5. 参加メンバーの感想

【前田】

【白川】

【奥野】

【横田】

日頃の運動不足のため、走りきれないと言うのが去年と同じ反省。今回も簡単なコースだったため走れるかどうかポイントだったのに。しかも、2日前からの胃痛で、体調は駄目だったけど、あまりいい訳にはならなかった今回のコースです。

【保】

[永瀬]

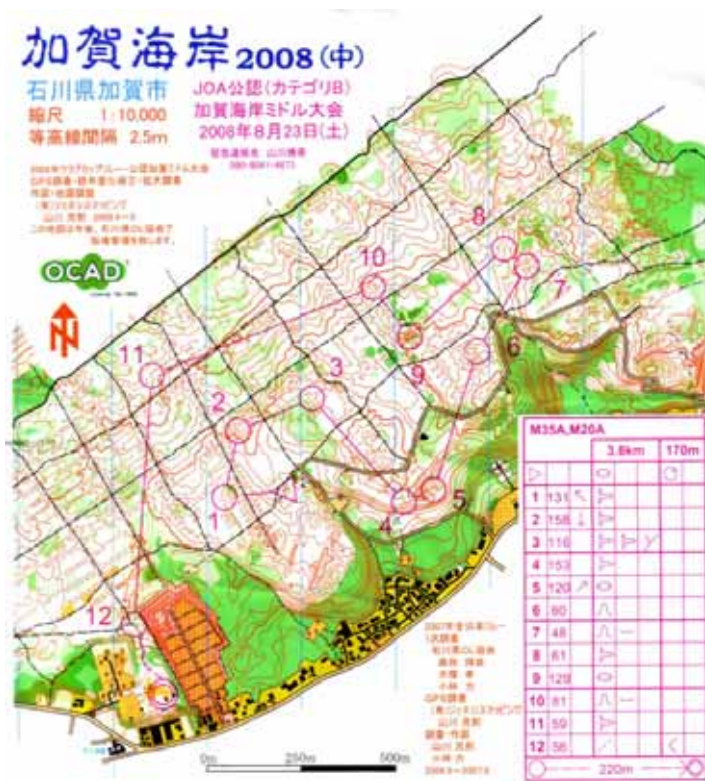
今年は、全日本リレー大阪府MS代表枠に残ることを意識して、精進しています。体面では、無理なく、楽しくトレーニングするというので、自転車に乗る機会を増やしました。(自転車通勤実行率の向上、時々、夕食後に自転車に乗る、休みの日は自転車でとんぼ池公園とか) また、意識してO-Mapを見る機会を増やしています。(と、いいつつ、毎日が目標のところ、そこまではできていません) それから、矯正視力が左だけ悪くなってきていたので、クラブカップ直前に眼鏡を更新したところ、山の中で地図がよく見えるようになりました。

去年の全日本リレーでは、加賀海岸の特異な地形への対応に時間を要する部分がありました。今回は、前日の勉強会用に、加賀海岸の攻略ポイントを簡単にまとめたことが、自分にとっても良い勉強になり、前日大会でO-Mapと現地の対応がじっくりいくことが実感できました。6走は、ナビゲーション優先のコースで、スピードは抑えめにO-Mapと現地の対応を楽しむことができました。12-13のピークの向こう側の凹地は、ピークの手前およびピークの付近が地図の表記よりもヤブがひどいこともあり、とまどった選手も多かったようですが、自信を持ってコントロールにたどりつくことができました。

来年は、関西からは遠い菅平。今後のためにも、KOLAのメンバーを増やしたいところですね。

[平山]

ここ半年、公園以外でオリエンをしてなかったので、7走のテクニカルなコースを走るには不安があったのですが、やっぱり地図読みがうまくいかず、何箇所かつぼってしまいました。まずは、大会に参加して勘を取り戻すところからはじめないといけないようです。



【上林さん撮影より】

ミドル大会スタート
位置での永瀬と横田



スタートフラッグ付近の横田

フィニッシュに爆走中の
寺田保，横田，白川



Result

上位3人の平均に対する相対(%)

タイム 巡航速度 ミス率

2008/7/26 A P O C スプリントat韓国

M 6 0 (出走15名)

1	De Vaan Ton	0:15:51	NED / NOLB			
2	Telnov Vladimir	0:18:32	KAZ / KAZ			
3	小野 盛光	0:19:16	愛知県協会			
9	前田 春正	0:22:27	愛知県協会	125.5	118.5	20.7

2008/7/27 A P O C ロングat韓国

M 6 0 (出走16名)

1	Telnov Vladimir	1:13:49	KAZ / KAZ			
2	小野 盛光	1:24:02	愛知県協会			
3	大場 隆夫	1:34:42	サン・スーシ			
9	前田 春正	2:06:14	愛知県協会	150.0	144.6	14.1

2008/7/29 A P O C ミドルat韓国

M 6 0 (出走15名)

1	小野 盛光	0:36:09	愛知県協会			
2	伊藤 清	0:38:14	OCワンダラーズ			
3	佐藤 政明	0:39:27	愛知県協会			
5	前田 春正	0:45:22	愛知県協会	119.6	119.5	21.3

2008/7/30 A P O C リレーat韓国

M55 - Relay - Results (6チーム)

1	JPN / KYOTO OLC 2:34:08 (135)	平島 俊次	塚田 元朗	久保 喜正
		C 0:42:31 3 0:42:31 1	A 1:10:29 16 1:53:00 1	B 0:41:08 1 2:34:08 1
2	JPN / Aichi OA M55 2:39:06 (133)	前田 春正	佐藤 政明	小野 盛光
		A 0:59:38 12 0:59:38 4	B 0:54:02 12 1:53:40 2	C 0:45:26 4 2:39:06 2
3	JPN / WANDERERS 2:53:05 (136)	伊藤 清	今井 信親	小嶋 信義
		C 0:53:00 10 0:53:00 3	B 1:02:38 17 1:55:38 3	A 0:57:27 6 2:53:05 3

5 A (出走23名)

1	Stepanyuk Margarita	0:46:52	Abris			
2	酒井 か代子	0:48:35	調布市OL協会			
3	Tang Ling-Min	0:49:03	Ya Li Middle School			
12	前田 春正	0:59:38	愛知県協会	123.8	126.8	13.8

2008/8/23 JOA公認(カテゴリB)加賀ミドル大会at加賀海岸2008(中)

M 2 1 A (出走113名+参考9名)

1	山下 智之	0:29:35	入間市OLC			
2	武田 光	0:30:57	横浜OLクラブ			
3	太田 貴大	0:31:09	東北大OLC			
62	平山 友啓	0:43:51	KOLA	143.5	143.5	14.0
85	白川 努	0:50:51	KOLA	166.4	168.8	14.7

M 3 5 A (出走62名+参考4名)

1	岩倉 毅	0:25:48	OLP兵庫			
2	美藤 陽一	0:28:14	広島OLC			
3	広江 淳良	0:28:43	ES関東C			
23	永瀬 真一	0:34:06	KOLA	123.6	127.3	8.0
41	横田 実	0:41:22	KOLA	150.0	153.8	8.3

M 5 0 A (出走名+参考名)

1	伊藤 哲夫	0:28:14	三重県OL協会			
2	小山 清	0:28:51	京葉OLクラブ			
3	河 泰鉦	0:29:30	OLP兵庫			
24	寺田 保	0:47:57	KOLA	166.1	155.8	17.2

2008/8/24 第16回クラブカップリレーOL大会at加賀海岸2008(西)
 クラブカップクラス(出走86チーム内正規50チーム8/31時点)

1	京葉OLクラブA	斉藤和助			大塚友			神田康				
	3:54:48	AX	0:29:27	10	BY	0:29:39	16	3D	0:41:59	3		
	(4)	48男	0:29:27	24	30男	0:59:06	12	23男	1:41:05	5		
35?	KOLA	前田春正			白川努			横田実				
	6:49:04	AX	0:43:14	30	BY	0:39:39	35	3C	1:03:57	32		
	(60)	62男	0:43:14	63	30男	1:22:53	57	45男	2:26:50	52		
	小山清	早野哲朗			櫻本信一郎			寺垣内航				
	4J	0:25:04	5	5F	0:31:27	6	6G	0:34:10	6	7H	0:43:02	3
	50男	2:06:09	4	49男	2:37:36	3	27男	3:11:46	4	27男	3:54:48	1
	奥野有弓	寺田保			永瀬真一			平山友啓				
	4J	0:54:37	80	5F	0:45:08	36	6G	0:45:15	23	7H	1:29:23	37
	30女	3:21:27	66	62男	4:06:35	65	40男	4:51:50	57	30男	6:21:13	57

A X (出走56名)

1	三上 雅克	0:26:47	ふるはうす2008			
2	斎藤 翔太	0:27:00	NPOトータス			
3	菅原 琢	0:27:13	多摩OL			
30	前田 春正	0:43:14	KOLA	160.1	168.1	8.0

B Y (出走56名)

1	新 隆徳	0:24:49	入間市OLC			
2	小暮 喜代志	0:25:18	ES関東C			
3	清水 尊司	0:25:31	広島OLC			
35	白川 努	0:39:39	KOLA	157.3	149.1	15.2

3 C (出走54名)

1	谷川 友太	0:41:21	片塾			
2	黒田 幹朗	0:42:38	横浜OLクラブ			
3	樽見 典明	0:42:47	三河OLC			
32	横田 実	1:03:57	KOLA	151.3	144.0	10.9

4 J (出走86名)

1	山上 大智	0:22:51	東大OLK			
2	岡本 将志	0:23:23	NPOトータス			
3	太田 康博	0:23:34	杏友会+東大OLK混成			
80	奥野 有弓	0:54:37	KOLA	234.7	197.6	21.5

5 F (出走56名)

1	山根 祥延	0:27:47	大阪OLC			
2	山越 順平	0:28:40	金大OBおいぐす			
3	源後知行/岡本健一	0:29:22	もっとそんぴ~ず			
80	寺田 保	0:45:08	KOLA	157.8	156.9	13.7

6 G (出走44名)

1	高橋 雄哉	0:29:59	ときわ走林会			
2	加藤 弘之	0:30:19	ES関東C			
3	水島 孝久	0:32:38	入間市OLC			
23	永瀬 真一	0:45:15	KOLA	146.1	144.0	10.1

7 H (出走44名)

1	坂本 貴史	0:40:19	入間市OLC			
2	高橋 善徳	0:42:45	みちの会			
3	寺垣内 航	0:43:02	京葉OLクラブ			
37	平山 友啓	1:29:23	KOLA	212.6	162.0	29.3

OLカレンダー

年月日	大会名ほか	場所
9/13	菅平アゲインFINAL	長野.真田町
9/13	第1回東北・MG前日イベント	宮城.仙台
9/13-14	地図作成講習会	静岡.静岡
9/13-15	大阪OLC夏合宿	三重.名賀郡
9/13-15	ロゲイニング菅平大会2008(JOAロゲイン)[申込]	長野.真田町
9/14	[JOA:B]第31回東北大大会[申込]	宮城.名取
9/14	読図ナビゲーション講習会	静岡.静岡
9/14	東大秋会内杯	静岡.富士宮
9/15	ファミリー初心者大会&撤収大会	福岡.北九州
9/15	第2回つのだカップ	宮城.仙台
9/20	Park-0 Tour HOKKAIDO 2008第4戦	北海道.札幌
9/20-21	トータス八ヶ岳2daysNEW	長野.富士見町
9/20	トータス選手権	長野.富士見町
9/21	10StarsCup	長野.富士見町
9/20-21	インストラクタ養成講習会[JOA認定]	群馬.勢多郡富士見村
9/20-21	地図と登山の身になる講習会	群馬.安中
9/21	第31回北大大会[申込]	北海道.札幌
9/21	岡崎市OL教室&練習会	愛知.岡崎
9/21	第4回岐阜県協会大会	岐阜.岐阜
9/21	石川県民大会併設全日本リレー代表選考会	石川.加賀
9/23	第2回名大楢山大会	愛知.岡崎
9/24	読図講習会(屋内)	静岡.静岡
9/27	信州スカイパーク練習会	長野.松本
9/27-28	白鷹山口ゲイン2008(JOAロゲイン)	山形.山形
9/27-28	第1回菅平スカイライントレイルレース[申込]	長野.真田町
9/28	OLを楽しみませんか	埼玉.滑川
9/28	第37回福井市民スポレク大会	福井.坂井
9/28	[JOA:S][NSR]播磨中央公園パーク0(パーク0関西第2戦)	兵庫.加東
9/28	東京スプリント0大会in代々木公園NEW	東京.渋谷区

この大会情報は「森を走ろう!」サイトを利用して作っています。

Aiming

今回も、クラブカップに参加。順位は今年の60位から35位と大幅アップ。クラブカップには、「参加すること&完走すること」がKOLAの大前提ですので、達成できて満足でした。個々の走り込み不足などで、他のクラブのように上位を目指すことはできないと思いますが、楽しみながら参加したいと思います。しかし今回は、胃の調子が悪く前日のビールも飲めずに楽しさ半減(*_*)。体調管理も大切ですね。