

KOLA

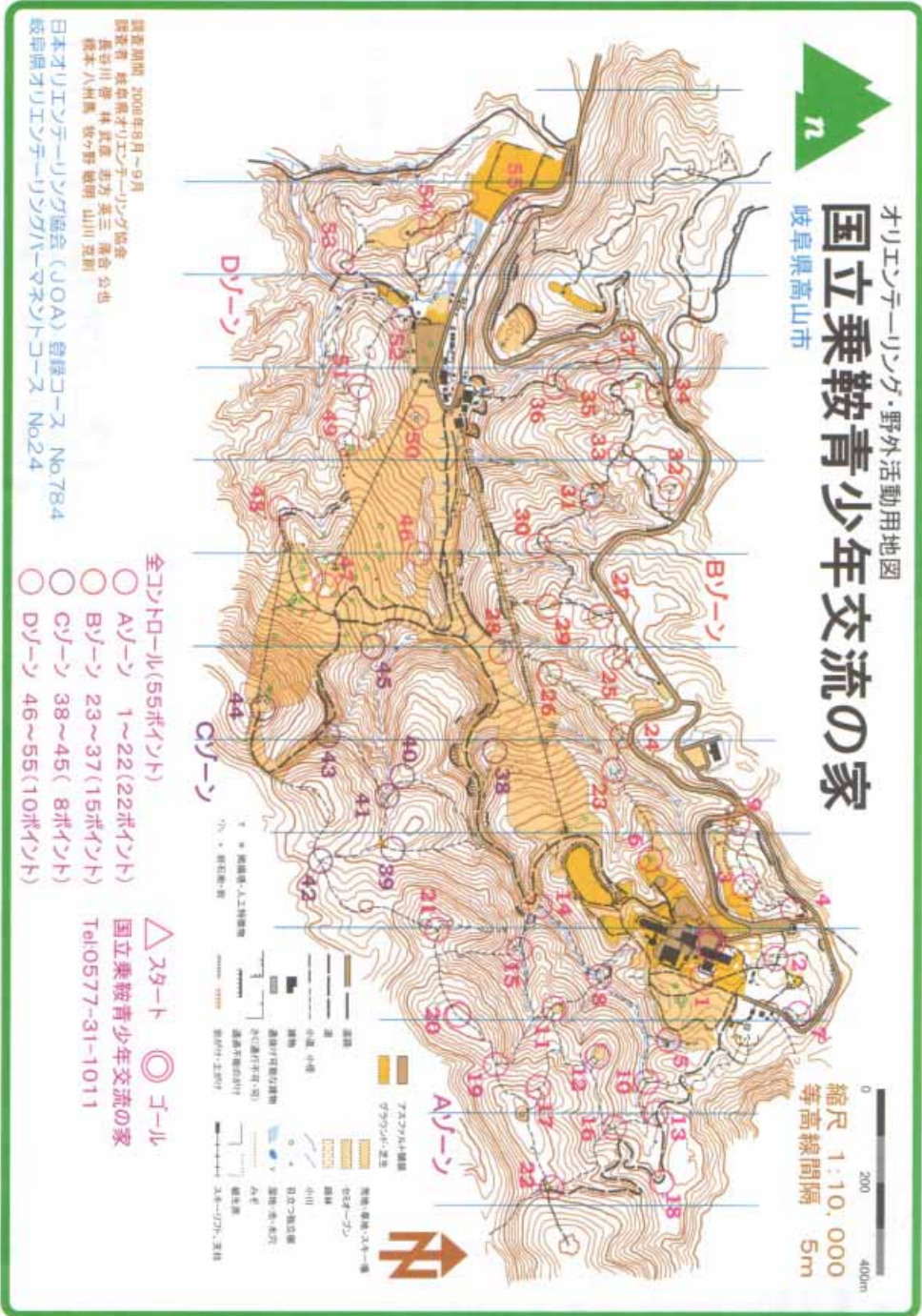
岸和田オリエンテーリング協会

[事務局] 〒596 - 0044

岸和田市西之内町46 - 12

寺田 強(072-443-4904)

第309号2009年7月4日発行



関西ロングセレ

平山 友啓

6月21日 関西ロングセレ@剣豪の郷大柳生(奈良市)

梅雨の季節とあってこの日は雨の予報。奈良市街にバイクを置いて参加しようと思っ
ていましたが、あきらめて電車で行くことに。今回のテレインは大学4回生の時の定例
戦以来で、関西にしては植生がよいというイメージがあることと、前回参加時から New
マップになっていることもあって、参加することを楽しみにしていました。

会場に向かうために近鉄奈良駅からバスに乗りましたが、ハイカーと思しき人も多数
乗車していて、バスが1時間に1本あるかないかという路線には不似合いなほどの詰
め込み状態で出発しました。円成寺で多くの人が降りていきましたが、柳生までのハ
イキングコースに人気があるようです。

会場は大柳生小学校でしたが、体育館の使用はできないということで、雨の心配もあ
り戸惑いましたが、体育館までの渡り通路のところが屋根があり使えるということで、
そこに落ち着きました。

レースは、1番に行くのに使おうとしていた道が見つからず、スタートからつまづく形に
なりました。その後も、調子がでてきたかなと思ったらミスをして、また調子がでてきた
かなと思ったらミスをするというような形で、なんともすっきりしないレースになってしま
いました。テレインはイメージどおり植生のよいところが多かったのですが、斜面が想像
以上に急で、「これを登るのか」と思いながら進まないといけない箇所が何箇所もあり
ました。セレ通過タイムを目標にしていたのですが、7分弱ほど届かず。気温が高いと
どうもバテるのが早いような気もするので、スタミナ不足のようです。

この日は結局雨が降らずに済み、バイクで行くこともできましたが、疲労から帰りの電
車は、ずっと寝ることになり、この点はバイクで行かずに正解でした。

次回の OL 参加はクラブカップになりそうですが、菅平は結構気温が低いので、もう少
しまともなパフォーマンスを発揮できるようにしたいと思います。

乗鞍55ロゲイニングチャレンジ大会のタイム分析

永瀬

5. 乗鞍55ロゲイニングチャレンジ大会(5/31)

全部回って2:28:24、平山君は、2:17:03なので所要時間比率108%、大まかな回る順番も似通っていたので、お手軽に分析できそうということでやってみました。

まずは全体分析

	永瀬	平山
同じ廻り方区間の合計タイム	1:22:05	1:21:37
違う廻り方区間の合計タイム	1:06:19	0:55:26
合計	2:28:24	2:17:03

同じ廻り方でのタイム差28秒に対し、違う廻り方(コントロールをとる順番が違う)でのタイム差は11分弱。スピードで負けたのではなく、作戦負けしていたことがわかります。そのあたりをふまえて、さらに分析を勧めます。

なお分析は、永瀬の廻った順番に、該当する平山君の区間を当てはめています。当然、比較区間の前後の区間構成は、違う場合があります。

S 6 23 24 26 28

	永瀬	平山	
S 6	0:00:50	0:00:45	S 6
6 23	0:02:09	0:01:52	6 23
23 24	0:02:08	0:02:11	23 24
24 26	0:01:37	0:01:33	24 26
26 28	0:02:11	0:02:23	26 28
区間計	0:08:55	0:08:44	区間計

スタート直後、平山君が飛び出し、追いかけるも少しずつ離されるも、28で追いつく。

28 38 29

今回、ポイントになった38(一筆書きルートに入れるのが難しい)。私は、出入り気味な上、登距離50mも、ここで処理。平山君は、28から29へ行き、ルートが別れる。比較は後述

29 27 25 30 31 33 32

	永瀬	平山	
29 27	0:01:08	0:01:00	29 27
27 25	0:02:21	0:01:58	27 25
25 30	0:03:51	0:03:00	25 30
30 31	0:01:49	0:01:51	30 31
31 33	0:02:17	0:02:33	31 33
33 32	0:02:05	0:02:15	33 32
区間計	0:13:31	0:12:37	区間計

27 25は地図にない小径をたどってしまいロス。

25 30は北側の太い道路をまわったことより、いったんペースダウンしたからでしょう

32 34 35 37

	永瀬	平山	
32 34	0:02:33	0:02:22	32 35
34 35	0:01:27	0:01:03	35 34
35 37	0:02:03	0:01:14	34 37
区間計	0:06:03	0:04:39	区間計

平山君の道なりに廻る素直なルートが良かった。私は、35 37で斜面を降りることで最短ルートを狙ったが、37の位置が明確でないので、北にエイミングオフした結果、距離の短縮はそれほどではなかった。

37 36

	永瀬	平山	
37 36	0:00:52	0:01:02	37 36

36 55

平山君は36 50 55。この比較は後述

55 54 53 52 51 49

	永瀬	平山	
55 54	0:02:35	0:03:29	55 54
54 53	0:02:26	0:02:05	54 53
53 52	0:01:21	0:01:37	53 52
52 51	0:02:54	0:05:17	52 51
51 49	0:02:03	0:02:12	51 49
区間計	0:11:19	0:14:40	区間計

52 51で、平山君が2分強余分に時間がかかっているのは、補給とかEカード2枚目への切替のためでしょう

49 50 46

	永瀬	平山	
36 55	0:04:59	0:02:18	36 50
49 50	0:02:05	0:03:49	50 55
50 46	0:05:03	0:02:23	49 46
区間計	0:12:07	0:08:30	区間計

永瀬 : 36 55・・・49 50 46
 平山 : 36 50 55・・・49 46
 永瀬ルートは、49 46に50を追加するために55mの登降、平山君ルートは36 55に50を追加で10mの登降。明確に平山君ルートの勝ち

46 45 47 48 44

	永瀬	平山	
46 45	0:05:02	0:04:27	46 48
45 47	0:02:14	0:03:11	48 47
47 48	0:04:01	0:01:42	47 45
48 44	0:11:18	0:08:33	45 44
区間計	0:22:35	0:17:53	区間計

48 44のリフト下直進(140m登り)より、道を廻って登る平山君のルートが良かったようです。永瀬47 48の4分は、Eカード2枚目切替&補給により時間が含まれます。(推定2分)

44 43 41 40

	永瀬	平山	
44 43	0:02:07	0:01:41	44 43
43 41	0:02:23	0:02:10	43 41
41 40	0:00:25	0:01:36	41 40
区間計	0:04:55	0:05:27	区間計

41 40で平山君が1分余分にかかっているのは、補給のためか

40 39

	永瀬	平山	
28 38	0:04:01	0:04:06	28 29
38 29	0:05:29	0:03:51	40 38
40 39	0:02:09	0:05:40	38 39
区間計	0:11:39	0:13:37	区間計

永瀬 : 28 38 29・・・40 39

平山 : 28 29・・・40 38 39

問題の38の処理。平山君のルートも出入り気味で、登距離50m。永瀬のルートの方が良かったよう。先に登って、降りる方が精神衛生上良いか。

39 42 21 20 19 17 22

	永瀬	平山	
39 42	0:02:06	0:02:13	39 42
42 21	0:04:31	0:04:51	42 21
21 20	0:04:19	0:03:31	21 20
20 19	0:01:19	0:01:25	20 19
19 17	0:04:31	0:02:37	19 17
17 22	0:02:34	0:02:23	17 22
区間計	0:19:20	0:17:00	区間計

42 21登りはへろへろだったが、お互い様だったようだ。19 17で2分の差がついているが、これは、19をパンチした自信がなくなり、17に向かった途中(等高線3本は登った!)で、一旦、19に戻ったことによるロス。

22 18 13 10 16

平山君は、22 16。比較は後述

16 12 11 15 14 8 5

	永瀬	平山	
16 12	0:02:05	0:02:07	16 12
12 11	0:01:42	0:02:07	12 11
11 15	0:01:37	0:01:26	11 15
15 14	0:00:51	0:00:59	15 14
14 8	0:02:07	0:02:20	14 8
8 5	0:05:23	0:02:50	8 5
区間計	0:13:45	0:11:49	区間計

ほぼ互角の走り。8 5で、2分33秒の差は、手前の沢を登ってウロウロしてしまった(歩測を怠ったからですね)

5 1

	永瀬	平山	
22 18	0:03:16	0:01:55	22 16
18 13	0:01:11	0:01:44	5 10
13 10	0:01:24	0:02:07	10 13
10 16	0:05:30	0:01:01	13 18
5 1	0:02:34	0:04:00	18 1
区間計	0:13:55	0:10:47	区間計

最初に思いついたプランは、平山君と同じ。13 18 1の18 1で13を経由するのが無駄を改善したつもりで、実行した廻り方に。22 18で道の曲がりから直進。10 16で途中の道の分岐(13 10で通ってる!)で、現在地口ストでウロウロ。そのロス2分強を考慮しても平山君の廻り方が良かった模様。

1 7 2 4 3 9 F

	永瀬	平山	
1 7	0:01:45	0:02:02	1 7
7 2	0:01:24	0:01:03	7 2
2 4	0:00:53	0:01:15	2 4
4 3	0:00:58	0:01:07	4 3
3 9	0:01:17	0:01:24	3 9
9 F	0:03:11	0:03:27	9 F
区間計	0:07:43	0:08:16	区間計

最後は、前後にランナーがいたので負けずに頑張った。9,10位の方も1 7 2 4 3 9 Fと同じ廻り方で、走り勝ち、秒差で8位に。
 8位 2:28:24 永瀬
 9位 2:28:33
 10位 2:29:38

分析前は、平山君よりうまく廻って、走り負けているという思いこんでいたのですが、分析してみると、意外や意外、自分の方が、廻り方が下手で、平山君に走り負けていないという結果でした。これは、1~3月は、風邪の影響もあり、体力ボロボロ状態でしたが、合宿(東工大)インカレで学生さんに刺激を受け、4、5月そこそこトレーニングできて、体力が復活してきた成果であるとともに、技術的な部分をもっと磨かないといけないと認識しました。まずは、日々の地図読みをする習慣を復活させなければと思います。



Result

上位3人の平均に対する相対(%)

タイム 巡航速度 ミス率

2009/06/07 桃山公園ミニオリエンテーリング大会at「伏見桃山城運動公園」

MA(出走19名)	2.2 km	40m			
1 中村 貴史	0:13:07	滋賀県			
2 松矢 将太郎	0:14:19	京大OLC			
3 深川 陽平	0:14:28	朱雀OK			
12 横田 実	0:20:02	KOLA	143.4	123.0	18.7
15 高橋 裕耶	0:27:18	ISOC	167.8	161.9	22.6
16 中森 哲平	0:28:01	ISOC	172.2	160.6	26.1
19 坂辺 裕貴	0:32:57	ISOC	202.5	134.2	46.8

N(出走20名)	1.4 km	24m			
1 米田 吉克	0:13:36	奈良市			
2 清水 慎也	0:14:44	電気通信大学			
3 橋本 敦	0:16:17	滋賀県			
7 横尾 夏未	0:21:58	ISOC	147.7	143.7	22.1
12 座古 恵里佳	1:05:10	ISOC	438.2	186.3	65.2
13 岩戸 美樹	1:06:08	ISOC	444.7	186.6	65.6
25 辻野 真幸	P8	ISOC	-	171.3	-

2009/06/21 2009年度日本学生OL選手権大会ロング関西地区選考会at剣豪の郷 大柳!

MO(出走18名)	4.87 km	400m			
1 西村 徳真	0:56:59				
2 西尾 信寛	0:58:48	朱雀OK			
3 松本 康浩	1:00:20	大阪OLC			
9 永瀬 真一	1:30:28	KOLA	154.1	131.6	18.9
10 平山 友啓	1:33:02	KOLA	158.5	137.5	18.3

WO予選(出走10名)	3.06 km	255m			
1 澤地 未来	1:04:20	OLCレオ			
2 楠見 耕介	1:07:42	大阪OLC			
3 前田 春正	1:30:27	KOLA	122.0	112.3	13.3

探偵!ナイトスクープに、 大阪府オリエンテーリング協会で協力??



あの探偵ナイトスクープに、6月19日に放映された「妻は人間方位磁石!？」という依頼に大阪府オリエンテーリング協会に協力が来て、会長の岩井さんが出演されました。

ちゃんとテロップにも流れていました。

話は最初5月中旬にJ O Aにきたらしいのですが、大阪でのロケとすることで府協会にふられ、事務局である阪本さんのところに連絡が入り、平日ロケなので協力できる岩井会長に行ってもらうことになりました。

調査探偵は、竹山 隆範さん。

依頼内容は、岐阜県の男性(26)から。僕の妻は“人間方位磁石”。どこにいても、横になるだけで頭がどちらの方角を向いているのか、言い当てることができる。もし山で遭難しても、横になれば方角がわかるので、脱出できると思う。ぜひ、調査して欲しいというもの。

コントロールフラッグも使っていたようですが、映ったのは、このときだけ。説明もなかったのがオリエンテーリングとは結びつかないですね。





見事に「南東」の方角を言い当てる依頼者の妻。

しかし、布団の上に寝ないとわからないというのも、すごい。

じつは、上級オリエンティアたちは、コンパスも補助には使うが、方角がわかる能力がある人もいるのかな？

大井会長は、しっかりとOマップを利用して位置確認していました。

でも、うっかり南を指さして探偵に怒られている場面も。



見事フィニッシュする依頼者。

フィニッシュ地点には、オリエンテーリングのゴール幕もありました。



<http://www.veoh.com/browse/videos/category/animation/watch/v18646210XgSRmpm> 動画はここで。

2009年KOLA

たそがれオリエンテーリング大会要項

【日時】2009年7月25日(土)

大阪市内のニューテレイン(南港中央公園)
早起き不要です。3時のおやつを食べてからお越し下さい。
アフターオリエンテーリングの後は、天保山、難波あるいはATC、WTCへ
多くの方が祝勝会できるよう10クラスを用意しています。

【集合場所】岸和田市 南港中央公園 (大芝生広場・野外ステージ)

【交通アクセス】



<http://www.optc.or.jp/plant/nckss/access.html>

電車

大阪市営交通・南港ポートタウン線
「ポートタウン東」駅下車徒歩10分
駅よりテープ誘導あり
(必ずテープ誘導に従ってきてください)

車

駐車場は、南港中央公園の駐車場が便利です。
(駐車料金は、1日700円)
駐車場よりテープ誘導あり

当日は、高校野球の大阪地区予選もありますので、駐車場がいっぱいの時は、
ポートタウン東駅北側にも駐車場があります。

駅からテープ誘導をご利用下さい

【受付時間】16時30分～17時00分

スタートは、17時30分一斉スタートの予定

(参加者数が多ければ、17時30分と17時35分に分割します。MAは17時30分確定です)

【競技形式】ポイント-O(一斉スタート)

MA、WA、MS、W40、MVは

事前申込者数多ければワンマンリレー形式の予定

【使用地図】南港中央公園(KOLA作成。)

「縮尺1:4000、等高線間隔2m、走行可能度4段階」

【参加費】事前申込 1000円 高校生以下500円(マイカードは-300円)

当日参加 1500円 高校生以下500円(当日参加はマイカード使用できません)

競技にはemit社の電子パンチシステムを使用します。

Eカードをお持ちでない方はレンタルが必要です。

- 【クラス】 MA (無制限)
WA (女子、年齢無制限) MS (男子 35 歳以上)
W40 (女子 40 歳以上) 、MV (男子 50 歳以上)
MJ (男子高校生以下) 、WJ (女子高校生以下)
MB (男子中級者) 、WB (女子中級者)
N (初心者)

年齢は、2010 年 3 月 31 日に達する年齢です。
優勝設定時間は、15～20 分です。

【申込方法】

[郵便局による方法]

郵便局にある「郵便振替用紙」(青色の振込料振り込み人負担用紙)を使用して下さい)の通信欄に、

- (1) 参加希望クラス
- (2) 氏名(ふりがな)
- (3) 住所
- (4) 電話番号
- (5) 年令
- (6) Eカード レンタルまたはマイカードの No.
- (7) 所属クラブ[学校名]

を記入して、参加料を振り込んで下さい。これで申し込み完了です。

[振込先] 加入者名：岸和田オリエンテーリング協会
口座番号：00970-7-14158

[銀行振込による方法]

- ・E-mail にて、上記の(1)～(7)をお知らせください。
- ・ジャパンネット銀行 普通口座 本店営業部 001-3833107 ヨコタミノルに参加費を振り込んでください。

【申込締切】7月15日(水)

【問合せ先】〒 596-0044 岸和田市西之内町2-20 寺田 保
電話 072-438-0260

FAX 020-4664-7566 (KOLA 専用。通話料+30 円/枚がかかります)

E-mail mail@kola.club.ne.jp

ウェブサイト <http://www63.tok2.com/home2/kola/>

【注 意】プログラムの事前送付はありませんが、7月21日までに、KOLAサイトに載せます。

【その他】 ・KOLA杯を設定して対象者に賞品が与えられます。
・女性用更衣テントの用意もあります。

以下の5名を無料招待とします。

必ず事前申込(1)～(6)をE-mail、葉書、FAXで連絡)してください。

2008 たそがれ KOLA 杯獲得者 ...栄森 貴久、田川 雅美

2009 新春 KOLA 杯獲得者 ...野本 圭介、北川 仁美

永年招待者 ...佐藤政明

OLカレンダー

年月日	大会名ほか	場所
7/11	埼玉パーク0ツアー第5戦NEW	埼玉.狭山
7/11	WOC壮行会	滋賀.大津
7/11	Park-0 Tour Hokkaido 2009 第3戦 千歳市青葉公園	北海道.千歳
7/12	第1回トレイル0強化合宿	東京.青梅
7/12	第61回小松市民体育大会	石川.小松
7/9	埼玉0クリニック(5)	埼玉.さいたま
7/12	[JOA:S]辰巳の森スプリント02009(文京区民教室併催)	東京.文京区
7/12	FIN5	フィンランド
7/16 -26	ワールドゲームズ	台湾
7/18 -24	0-RINGEN	スウェーデン
7/19	OLを楽しもう	埼玉.滑川
7/22 -26	00.cup	スロベニア
7/25	KOLAたそがれ大会	大阪.大阪
8/1	第2回トレイル0強化合宿	東京.青梅
8/2	第29回コンターズ練習会	大阪.吹田
8/2	スコットランド6日間	英国
8/2	スイス0-week	スイス
8/9	ボヘミア	チェコ
8/9	第61回石川県民体育大会	石川.穴水
8/9	世界MTB-0選手権	イスラエル
8/11	スペイン5日間	スペイン
8/16	北東インカレ2009	栃木.矢板
8/18 -23	世界選手権兼ワールドカップ兼ハンガリーカップ([NSR]あり)	ハンガリー
8/22 -23	埼玉0クリニック(6)	埼玉.
8/23	[JOA:S]千葉パーク0シリーズ第1戦	千葉.柏
8/29 -30	大阪OLC夏合宿	大阪.
9/5	第33回千葉OL協会大会兼全日本リレー代表選考会	千葉.
9/9	第24回ナイト&デイ大会	岡山.
9/6	第25回埼玉県協会大会	埼玉.日高
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

今月のたそがれ0は、公園内なのでいろいろとバリエーションを取りそろえて準備中。KOLAとしてEカードを使用する2度目の大会なので、まだ色々といじくっています。みなさま、楽しんでくださいね。