

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312号2009年10月5日発行

菅平ナビゲーションチャレンジ4days 2009
 第2日目 第17回クラウツカツリレー-O
 2009年9月20日 (日)

CC7

無断コピー厳禁
 牧場に入る場合には
 入牧料が必要です

縮尺 1:7,500
 等高線間隔 5m
 2009年9月経年修正
 長野県上田市

菅平牧場芝牧 2009

△	▲	△	○
1 142	2 50	3 128	4 117
5 122	6 123	7 55	8 59
9 49	10 146	11 90	12 121
13 59			

4.6 km 265 m

300 m 310 m

牧場を空けてある部分、他の場所で抜ける場合は必ず元の牧場に戻すこと

せんなんの里海公園

パークO関西 兼 大阪府民大会

2009年9月27日

8:00 信太 8:15 北池田 8:30 郷荘

阪和高速を使って里海公園までやってきました。受付まで時間があったので、砂浜でゆったりと、すでに、足下をぬらしていました。今回は、初めてのテレインです。



受付です。

各自NとBクラスにエントリー。
横田先生も、久しぶりにAクラスに参加。

今回は、午後の追加レースにも参加。



いよいよスタート。

説明をしている間に
坂辺の時間が来て
すぐ横なのに、遅刻扱いに
なっていました。



トップの吉田は、
横田先生の出発前に
早くもフィニッシュ。

以後、続々とフィニッシュしてきます。





12:20

表彰式です。
第3位までに賞品が渡されました。

ISOCの面々は、
弁当を食べにっていて
参加できず(; ;)。

いよいよ午後の追加メニューの開始です。

3分前に地図を開示して作戦タイム。

10分間で得点を競うスコア0です。

1分につき200点の減点というのが響き大幅減点者
が続出。

横田、吉田は時間内に帰ってきて減点を免れたため
高得点で賞品を獲得しました。



クラブカップ参加記

平山 友啓

9月19日 ダウンヒルミドル@ダボスの丘(長野県上田市・須坂市)

白川号で菅平へ向かうため、5時半起床で米原7時41分着の電車に乗車。米原ではすでに奥村さんが到着していました。米原ICに向かう途中で保号が小牧で渋滞につかまっているとの情報を得て、中央道経由から北陸道経由へ変更。13時過ぎには会場に着きました。現地は曇り空とあって肌寒い気温でしたが、オリエンテーリングにはちょうどいい気温でした。レースはオープンのゲレンデを走り回る形で、途中草を食んでいる牛の群れの中を走ったり、有刺鉄線をくぐったりとある意味貴重な経験をしました。ダウンヒルと銘打っているだけあって下りのレグが多かったのですが、スピードを出しすぎて、中間地点の7番ぐらいで太ももが痛くなり、それ以降はダウンヒルを堪能できずに終わってしまったのは残念でした。宿には17時過ぎには着き、コンビニに行ったり、夕食を取ったりして過ごしなが、22時には就寝しました。

9月20日 クラブカップ2009@菅平牧場芝牧(長野県上田市)

6時半起床で7時前に朝食。宿から会場行きのバスが出る駐車場まで車で向かい、8時過ぎにバスに乗りましたが、さすがに朝は寒くバスが来るまで車内で避難。会場に着くとすでに到着した人がテントサイトを埋め尽くしており、端っこの方になんとかスペースを確保。観戦エリアからテレインを眺めると地形の特徴が乏しく、同じような景色が広がっているので難しそう。KOLAチームは、一走前田さんが安定した走りで順調に帰ってくるも、二走白川君が大ツボリ、三走奥村さんがさすがの走りを見せ、四走奥野さん、五走保さんと順調に帰ってくるも15時のリスタートには間に合わず、6走永瀬さん、7走平山がリスタートにかかりました。永瀬さんは順調に帰ってきたようですが、私は5番の次に10番を取ってしまい、間違っただことに気付いたのも9番を取ってからという痛恨のミス。5番から6番に向かうときに、途中で沢を切るのに道を使うようにルートプランを変更したことが間違いを誘発してしまったかと思います。結局、このミスを挽回することができず、2ループを回った所で制限時間が一杯になったのでレースを終えました。このミス

がなかったとしても、完走できたかはぎりぎりのところだったと思いますが、全部を回りきらずにレースを終えてしまうというのは、なんとももったいないなという気がしました。

9月21日 ロゲイニングチャレンジ菅平高原大会2009@菅平高原(長野県上田市)

スタートが12時ということで、朝は7時半起床の8時朝食とゆっくりと過ぎて、10時頃に宿を出発。途中コンビニで昼食を調達して、10時半ぐらいには会場に到着。受付をしたり、早めの昼食を取ったりしていると、すぐに11時半になり、ロゲインの説明を受けました。スタート10分前に地図を受け取り、回り方を考えましたが、西側の山の方が北側の山に比べて標高が高く、大変そうなので先に取りに行くことにし、最後に北側の山に登って帰ってくるというプランを立てました。序盤、101から80へ向かうのに100を取ってからにするか、植生の悪い部分を通して直接行くか迷いましたが、現地を見て藪そうだったので、100経由に変えたのですが、実際はそれほど藪くなくなかったらしく、これは失敗でした。その後順調に行きましたが、最後に42を取ったのが大失敗でした。42を取ってから北側の山に登って帰るプランだったのですが、42に着いた時点で走れないほど足が疲労していて、このまま北側の山に向かったら時間内に戻るのは不可能だと思い、そのままゴールへと向かいました。42を取る前の82を取った時点で50分残っていたので、ゴール方向のコントロールを取りに行っていれば、もう少し得点が稼げたのと思うと悔しいところですが、こういう判断の誤りが得点差になって現れるというのもロゲインの面白いところかなと思います。

帰りは、行きと同じ北陸道回りか中央道回りかの選択で、北陸道回りだと100km距離が延びることと連休中日なのでそれほど渋滞しないだろうと思い、中央道を選択しましたが、塩尻あたりで渋滞につかまり、またその先も瑞浪あたりを先頭に25kmほどの渋滞につかまりました。16時に菅平を出て米原に着いたのが22時半過ぎなので6時間半かかっており、北陸道を選択すれば行きと同じ5時間くらいで帰れたと考えると、これもまた大きな失敗でした。NEXCOの渋滞予測では中央道経由は40分くらいの遅延だったのですが、実際は1時間以上渋滞につかまっていました。なかなか予測どおりには行かないようで、今後の参考にしたいと思います。

Result

上位3人の平均に対する相対(%)

タイム 巡航速度 ミス率

2009/08/02 第29回コンターズ練習会at「千里南公園」

A(出走34名)

1	川前 紀尚	0:36:48	OLCふるはうす			
2	松本 康浩	0:37:40	大阪OLC			
3	井上 健太郎	0:37:46	茨木市			
24	前田 春正	1:11:54	KOLA	192.2		

B(出走12名)

1	堀端 和彦	0:35:29	OLCふるはうす			
2	岡本 耀平	0:37:20	京大OLC			
3	片山 保子	0:45:30	OLCふるはうす			
4	吉田 蛭子	0:59:33	ISOC	151.0		
6	横田 実	1:08:08	ISOC	172.8		
7	阪口 静香	1:08:31	ISOC	173.7		

N(出走7名)

1	宮野 励健	0:27:23	ISOC	64.3		
2	堀端 典子	0:35:44	OLCふるはうす			
3	香島 宏信	1:04:40	豊中OLC			

2009/08/30 愛知県選手権at「昭和の森」

MA(出走47名) 3.2 km 200m

1	和久田好秀	0:36:08	静岡OLC			
2	瀧川 英雄	0:38:39	OLCふるはうす			
3	松本 康浩	0:38:52	大阪OLC			
15	永瀬 真一	0:51:46	KOLA	136.6	127.7	14.4
36	前田 春正	1:20:02	KOLA	185.7	185.8	19.7

2009/09/05 滋賀県・京都府全日本リレー選手選考会at「希望が丘文化公園」

AS(出走29名) 2.4 km

1	関谷 麻里絵	0:29:31	朱雀OK			
2	小八重善裕	0:31:29	鈴亀OLC			
3	城森 博幸	0:33:37	OLP兵庫			
13	永瀬 真一	0:44:18	KOLA	140.5	110.0	27.8
12	前田 春正	0:45:49	KOLA	145.3	137.4	13.6

2009/09/19 菅平ナビゲーションチャレンジ第1日目ダウンヒルミドル0atダボスの丘

M21(出走235名) 6.4 km 160m

1	藤沼 崇	0:33:47	ES関東			
2	村越 真	0:34:14	静岡OLC			
3	寺垣内航	0:34:21	京葉OLクラブ			
172	平山 友啓	0:52:22	KOLA	153.5	143.7	14.0
221	白川 努	1:14:14	KOLA	217.6	206.3	12.2

W21(出走56名) 5.2 km 150m

1	朴峠 周子	0:30:02	ときわ走林会			
2	星野 智子	0:33:35	東大OLK			
3	加納 尚子	0:34:06	朱雀OK			
54	奥野 有弓	1:18:28	KOLA	240.9	230.1	11.8

M35(出走61名) 5.2 km 150m

1	岡安 隆史	0:29:22	千葉OLK			
2	武田 光	0:30:42	横浜OLクラブ			
3	山根 祥延	0:31:17	大阪OLC			
5	奥村 理也	0:31:58	OLC吉備路	105.0	101.9	7.1
24	永瀬 真一	0:38:42	KOLA	127.1	122.0	8.3

2009/09/20 菅平ナビゲーションチャレンジ第2日目クラブカップリレーat菅平牧場芝牧2009

1	ES 関東C A	山本 真司				小林 岳人				土井 聡			
	4:44:51	AY	0:35:21	4	BX	0:38:52	9	3D	0:43:54	8			
	(2)	35男	0:35:21	8	48男	1:14:13	10	36男	1:58:07	5			
2	OLP 兵庫A	岩倉毅				大嶋真謙				安田太郎			
	4:45:35	AX	0:40:08	4	BY	0:33:13	2	3D	0:40:47	5			
	(3)	44男	0:40:08	38	30男	1:13:21	6	27男	1:54:08	3			
3	ときわ走林会A	朴峠周子				佐々木良宜				神谷泰介			
	4:50:58	BX	0:37:47	6	AY	0:41:29	22	3C	0:39:43	3			
	(6)	26女	0:37:47	23	29男	1:19:16	14	22男	1:58:59	7			
	KOLA	前田 春正				白川 努				奥村 理也			
	DISQ	AY	1:04:06	56	BX	1:30:05	68	3D	0:42:40	6			
	(32) OVER300	63男	1:04:06	94	31男	2:34:11	110	39男	3:16:51	81			
	巡航速度	186.6				193.5				114.4			
	ミス率	14.6				33.9				5.5			

渡辺 円香			藤沼 崇			加藤 弘之			山口 大助		
4F	0:39:46	11	5H	0:31:10	1	6L	0:37:03	4	7KM	0:58:45	3
34女	2:37:53	4	25男	3:09:03	2	30男	3:46:06	1	34男	4:44:51	1
城森博幸			山本賀彦			橋本裕志			片山裕典		
4F	0:37:38	9	5H	0:36:45	3	6K	0:40:02	7	7ML	0:57:02	2
50男	2:31:46	1	44男	3:08:31	1	44男	3:48:33	2	31男	4:45:35	2
稲葉茜			早瀬悠			高橋雄哉			小泉成行		
4F	0:40:29	15	5H	0:38:47	8	6L	0:35:18	2	7MK	0:57:25	1
24女	2:39:28	5	25男	3:18:15	4	26男	3:53:33	3	31男	4:50:58	3
奥野 有弓			寺田 保			永瀬 真一			平山 友啓		
4F	1:05:08	87	5G	1:02:59	50	6K	0:49:51	27	7ML	DISQ	
31女	4:21:59	77	63男	5:24:58	76	41男	6:14:49	70	31男		
	174.5			178.2			133.8			162.3	
	26.9			17.0			15.7				

2009/09/21 菅平ナビゲーションチャレンジ第3日目ロゲイニング3時間の部at菅平高原

男子一般 (出走82名)

- | | | |
|----------|-------|---|
| 1 小泉 成行 | 1493点 | ときわ走林会 |
| 2 中野 茂暢 | 1427点 | 大阪OLC |
| 3 平井 均 | 1376点 | 静岡OLC |
| 40 永瀬 真一 | 1004点 | KOLA S-36-41-62-101-80-100-64-151-87-76-63-77-35-31-F |
| 42 平山 友啓 | 989点 | KOLA S-36-31-62-101-100-80-64-151-87-76-77-82-42-F |
| 80 白川 努 | 380点 | KOLA S-36-74-41-35-63-100-31-F |

女子一般 (出走26名)

- | | | |
|----------|-------|--------------------------|
| 1 朴峠 周子 | 1327点 | ときわ走林会 |
| 2 金子 順子 | 948点 | |
| 3 山田 郁理 | 934点 | |
| 25 奥野 有弓 | 263点 | KOLA S-60-33-103-31-36-F |

男子50歳以上 (出走35名)

2009/09/21 パーク0ツアー関西大阪大会atせんなん里海公園(東)

MA(出走19名)	3.1 km	60m			
1 寺村 大	0:15:56	朱雀OK			
2 岩城 徹	0:16:18	広島OLC			
3 岩倉 毅	0:16:40	OLP兵庫			
18 横田 実	0:27:18	KOLA	167.5	134.8	26.5

MS(出走9名)	2.4 km	55m			
1 城森 博幸	0:15:16	OLP兵庫			
2 小野田敦	0:16:57	京都OLC			
3 永瀬 真一	0:17:21	KOLA	105.0	98.4	11.7

MV(出走16名)	2.1 km	55m			
1 宮崎 敦司	0:15:20	大府市			
2 小八重善裕	0:15:39	鈴亀OLC			
3 平島 俊次	0:18:14	京都OLC			
5 前田 春正	0:19:36	KOLA	119.5	119.3	9.2

B(出走6名)	2.0 km	30m			
1 吉田 蛭子	0:18:05	ISOC	85.0	77.7	17.0
2 坂辺 祐貴	0:22:37	ISOC	106.3	102.5	12.7
3 中森 哲平	0:23:09	ISOC	108.8	102.4	16.1
横尾 夏未	DISQ	ISOC		93.1	

ジュニア(出走5名)	1.9 km				
1 辻野 真幸	0:29:44	ISOC	63.8	57.6	24.1
2 岩戸 美樹	0:51:59	ISOC	111.6	102.3	24.4
3 座古 恵里圭	0:58:00	ISOC	124.5	111.8	21.6
5 辻尾 翼	DISQ	ISOC		288.0	

エクストラ(スコアOL)

1 岩城 徹	570	広島OLC
2 小田 紀彦	470	杉風会
3 山本 博司	450	
4 横田 実	450	S-137-136-135-134-127-122-105-114-116-115-117-119-104-F
7 吉田 蛭子	430	S-137-136-135-134-127-122-114-116-115-117-119-F
24 中森 哲平	-20/減点40C	S-137-136-135-134-127-122-F
25 岩戸 美樹	-180/減点20C	S-104-119-104-F
26 座古 恵里圭	-180/減点20C	S-104-119-F
29 横尾 夏未	-220/減点60C	S-137-136-135-134-127-122-F
32 坂辺 祐貴	-490/減点80C	S-104-119-105-114-115-116-110-107-118-106-113-124-121-125-126-130-F
辻野 真幸	DISQ	S-104-119-105-114-116-118-113-125-126-F

OLカレンダー

年月日	大会名ほか	場所
10/17	埼玉パーク0ツアー第8戦	埼玉.さいたま
10/17	第25回金沢大学大会	石川.加賀
10/18	[JOA:B]下宇坂大会兼福井県民スポーツ祭大会兼福井市民秋季大会<締切延長>	福井.福井
10/18	OLを楽しもう	埼玉.滑川
10/18	Nagoya City park TourNEW	愛知.名古屋
10/18	瓜生山みやこOLC大会兼京都市民大会NEW	京都.京都
10/18、24	インストラクタ養成講習会[JOA認定]	和歌山.
10/24	北九州OL教室	福岡.北九州
10/24	埼玉0クリニック(9)	埼玉.
10/24	希望ヶ丘ロゲイニング[JOAロゲイン][申込]<締切延長>	滋賀.野洲ほか
10/24	本郷スプリントNEW	東京.文京区
10/25	秋の親子大会	福岡.福岡
10/25	片塾スプリント	愛知.春日井
10/25	第7回岡崎市民大会	愛知.岡崎
10/25	[JOA:S]パーク0ツアーin関西・滋賀大会NEW	滋賀.草津
10/25	寄居町民大会	埼玉.寄居町
10/25	みやぎOLの集い2009 - 第5回 -	宮城.川崎町
10/25	第4回岩手大岩手県立大大会	岩手.滝沢村
10/25	いばらきOLの集いNEW	茨城.石岡
10/31	[JOA]全日本スプリント大会兼越後丘陵公園スプリントNEW	新潟.
10/31	第4回奥武蔵ミニロゲイン@吾野NEW	埼玉.飯能
11/1	[JOA]第18回全日本リレーOL大会	新潟.見附
11/1	第20回香川県民スポレク大会	香川.高松
11/3	大阪府民大会第2戦NEW	
11/4	Puglia5日間	イタリア
11/7	埼玉0クリニック(10)	埼玉.
11/7	藤枝市大会兼静岡県民大会NEW	静岡.藤枝
11/7,8	インストラクタ養成講習会[JOA認定]	岐阜.岐阜
11/8	千葉パーク0シリーズ第2戦	千葉.千葉

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

新型インフルエンザが猛威をふるっています。学校も、閉鎖が続いています。色々なイベントも感染しないような注意が必要ですが、やはり個人がしっかりと手洗いなどを励行することが大切です。自分の健康はしっかりと管理しましょう。