


# KOLA

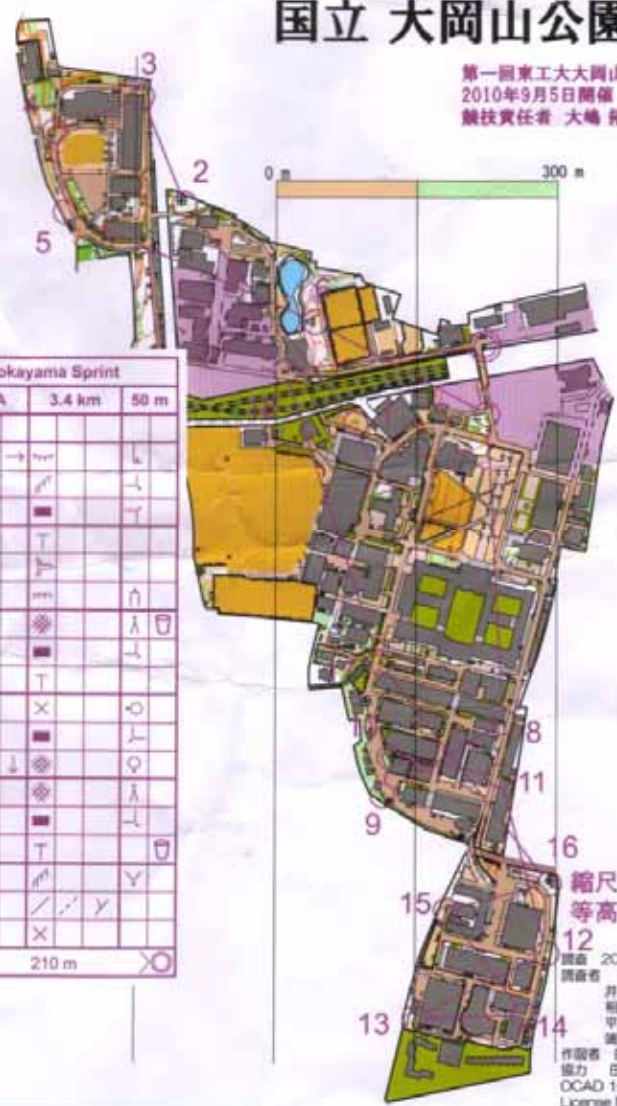
岸和田オリエンテーリング協会  
 [事務局] 〒596 - 0044  
 岸和田市西之内町46 - 12  
 寺田 強 ( 072-443-4904 )  
 第 3 2 4 号 2010年10月9日発行

## 東京工業大学

### 国立 大岡山公園



第一回東工大大岡山スプリント  
 2010年9月5日開催  
 競技責任者 大嶋 拓実



| Okoyama Sprint |        |      |   |
|----------------|--------|------|---|
| M35A           | 3.4 km | 50 m |   |
| 1              | 31     | →    | ↳ |
| 2              | 32     | ↘    | ↳ |
| 3              | 34     | ■    | ↳ |
| 4              | 35     | T    | ↳ |
| 5              | 33     | ↖    | ↳ |
| 6              | 38     | ⋯    | ↑ |
| 7              | 37     | ⊗    | ↳ |
| 8              | 38     | ■    | ↳ |
| 9              | 41     | T    | ↳ |
| 10             | 39     | ×    | ↳ |
| 11             | 40     | ■    | ↳ |
| 12             | 42     | ⊗    | ↳ |
| 13             | 43     | ⊗    | ↳ |
| 14             | 44     | ■    | ↳ |
| 15             | 45     | T    | ↳ |
| 16             | 46     | ↘    | ↳ |
| 17             | 47     | ↘    | ↳ |
| 18             | 48     | ×    | ↳ |

縮尺 1:5,000  
等高線間隔 2 m

調査 2010年8月頃  
調査者 井上貴 大嶋拓実 橋本精  
相澤淳輔 小林浩介 小塚登栄  
平田慧 村中茂仁 山本剛史  
徳山輝巳  
作成者 徳山輝巳  
協力 田中裕由 (東大OLK)  
OCAD 10.0.1  
License No.9794

## 第18回クラブカップリレー参加報告～2年振り完走

永瀬

例年通り、参加者確定までに苦労しましたが、村橋さんが6年振りに参加で、正規チームで参加し、7走がリスタートになったものの2年振りに完走をすることができました。写真は、KOLA別館<http://www2u.biglobe.ne.jp/~kola/>からどうぞ  
(ちょっとだけResultのページにも掲載しました)

### 1. 往路

【保、永瀬、奥野、前田(ピックアップ順)】

保さんが、5:15に出発。永瀬、奥野さん、前田さんの順にピックアップし、保車に4人乗車で駒ヶ根高原に向かいました。ルートは、西名阪～名阪国道～東名阪～伊勢湾岸～東海環状～中央道でした。保車には、保さんお手製！パンのもてなしもありました。予定通り、11時過ぎに駒ヶ根高原旅行村に到着。スタートの早い永瀬以外の3人はレストランで昼食をとりました。

<奥野さん>

- ・朝ごはん:家で食べる余裕なく、保さん手作りパンをいただく。私好みでおいしかったです。ごちそうさまでした。
- ・保号 :途中から私の青春時代のなつメロが流れていて、一人なつかしんでいました。
- ・昼ごはん:名物ソースかつ丼。レース前には少しヘビーでした。(前は平気だったのに…)

【白川、平山】

名神～東海北陸道～東海環状～中央というルートチョイス。名神の渋滞予測が甘く、永瀬フィニッシュ後の到着となりました。

【村橋】

バイク！

### 2. 駒ヶ根高原スプリントO2010参加

6人(永瀬、白川、奥野、保、前田、平山:本来のスタート順)が参加  
永瀬は、半年ぶり(怪我をしてから初めて)の山のオリエンテーリング。最初は、おそるおそる走る。1 2 3は、直進は合わない+地図と現地の対比も??でしたが、その後は遅いながらも楽しく廻れ、翌日に向けて良い調整となりました。  
平山君は新しい靴で靴擦れしたとかで、途中リタイヤ。

<奥野さん>

W21なのに2、2kmのレースでコントロール22こ。楽しいメニューでした。  
最近コンパス直進ばかりしていますが、1:4000の縮尺の地図では、1cm何歩なのか…不明なまま、無事ゴールできました。

### 3. 駒ヶ根クイック&ラピリンスO

興味はあったものの怪我明けなので参加を自重。(30秒おき3名ずつスタートで狭いエリアなので、他の出走者と衝突することを心配しました。)練習メニューあるいはエキシビジョンレースとしては、おもしろいと思いました。でも、あの斜面で、30秒おき3名ずつスタートの競技者密度はちょっと危険に感じられ、自分自身の参加回避は正解で

した。

KOLAからは前田さんが出走。一度は110位の飛び賞で呼ばれるも、直ぐに109位であることが判明し、飛び賞は貰えませんでした。

#### 4. ホテルルートイン駒ヶ根インター

過去は、キャンプ、ケビン、国民宿舎。今回は、自分自身が参加できるかわからない状態(鎖骨骨折、オリエン復帰できる見通しは??)だったこと&2日間参加になるか3日間参加になるかわからなかったので、柔軟に変更可能なビジネスホテルを確保しました。

<奥野さん>

最近のホテルは豪華ですねー。それにフロントのお姉さんが常に笑顔で、見とれてしまいました。マッサージ機を全部試し、足ツボマッサージが気に入りました。

#### 5. 決起会

蕎麦屋orレストランを目指すも蕎麦屋は見つからず、レストランは入りづらい雰囲気だったので、カフェレストランに転進。ハンバーグ、ステーキ等を食しました。生ビールを飲んだのは、保さん、前田さん、村橋さん、永瀬、奥野さん。平山君 & 白川君と若手男性組みだけが飲まないという線引き。

<奥野さんコメント>

最近ハマっているハンバーグを食べることができ、満足

#### 6. クラブカップリレー

さて、目標は今年も、

「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、期待タイムを設定しました。

この目標と期待タイムを当日は、掲示しました。

##### 【1走(前田)】

3年連続の1走。来年からM65の前田さんに1走をお願いしないといけないのがつらいところ。 のミスがあり、:57:01(128位)と、期待タイムから遅れる滑り出しとなりました。

<コメント>

スタートの大集団、500mの直線で森の中へ。その時点で、後ろから数えたほうが位の順番でした(やっぱり走れない)。 ~ の途中でマレットゴルフ場の方へ、 ~ へはコンパスを使わず、現在地ロス、10分後のベテラン組に追いつかれる。大きなミスはないが走れないので、やっと1時間を切れるようで、タッチ、残念だった。

##### 【2走(保)】

3番で大きめのミスがあったようです。期待タイムを少し超過。1:57:34(1:00:33)で131位に後退。

##### 【3走(平山)】

走れないとつらいコース。厳しすぎ?期待タイムを大きく超過。3:11:36(1:14:02)と順位は127位に上昇。リスタート回避が厳しくなってくるどころか、1次リスタートも心配になってくる

#### <コメント>

今回は大阪市大OLCOBチームでも走ることになり、KOLAチームでは3走を走りましたが、前日のスプリントで靴擦れを起こしたことであまり走れず、タイム的にはイマイチでした。OBチームの6走は、こちらほとんど走れませんが、直進が気持ちいいくらいよくあたり、気分よく回れました。スピードを上げた状態でも、これだけうまく回ればいいのですが。

#### 【4走(村橋)】

6年振りのクラブカップ出走。期待タイムより良いタイムで、1次リスタートを回避し、5走にタッチすることができました。3:58:19(0:46:43)と125位に上昇。

#### <コメント>

このクラブカップはKOLAの会を離れて4度目のオリエンでした。1度目は、何年か前のお阪の全日本大会で、後の2回は服部緑地での練習会でした。

このクラブカップに参加して、感じた事は、まず体力の衰え、それと数年のブランクを十分思い知らされました。その事を感じ取ってか監督は、難易度の低い4走を提供してくれました。コントロールはロングレグが多かったのですが、ほとんどが道の交点にもかかわらず、10分ほどのミスはしたでしょう。でもオリエンは楽しいですね。

#### 【5走(奥野)】

大会参加はクラブカップですが、部活顧問で生徒と一緒に練習しているのが良いようで、期待タイムを上回りました。4:33:40(0:35:21)113位とさらに上昇。

#### <コメント>

会場でポストストラップ(¥300也)購入。

レースは2.6 km。1:7500の地図だと、歩測は・・・本日も不明なまま、無事ゴール。みなさんにほめてもらえるタイムでよかったです。2 km台のレース最高！

#### 【6走(白川)】

奥野さんが思いの他、早く、心の準備(それとも緊張?)の間もなくスタート。期待タイムどおりに帰って来ました。:5:41:33(1:07:53)で、109位に順位をあげるも、残念ながら7走にはタッチできず。

#### 【7走(永瀬)】

7走のコース図はこちらで<http://www.o-news.net/2010/09/routegadjet7.php> 閲覧できます。永瀬は7Fを走りました。

10年振りの7走。怪我上がりでもあり、とにかく100分以内の完走を絶対目標にして、ゆっくり確実に転倒しないをモットーに廻る。S の直進で思いの外、下に外してしまいあせる。2回目出走市大OBチーム6走の平山君にあってリロケット。 は、急峻な川の横断箇所が見あたらなければ、林道まで上がるぐらいの気持ちで進み、 でリロケット。その後、川にでたところが、無理なく横断できそうだったので横断。 は、絶対、間違えないように慎重に下る。

の川横断箇所も慎重にチョイス。 をとって、経過時間を確認(55分弱)。後を、無難にこなせば100分で廻れそうと判断でき安心。最後の山場 と

の川横断をクリアして安心。このあたりから先に早大トリムが見える展開(1分差)。最終コントロールでは7秒差まで追い上げましたが、最後は振り切られました。(13秒差) 最後がリレーらしく楽しめました。

結果は、7:10:20(1:28:47) 115位、正規チームとしては、64位(10/2時点)となりました。

## 7. お疲れさん会

5名(保さん、前田さん、村橋さん、奥野さん、永瀬)参加。(白川君、平山君は帰った) いったんガストに向かうも、満席だったので結局、ホテル内の居酒屋へ。

居酒屋にしてはメニューの種類は少なめでしたが、まあおいしかったです。最初に来てきた後は、なかなか出てこなかったり、追加注文もなかなかでなかったりとありましたが、楽しいひとときでした。

## 8. ロゲイニング+リベンジレース

村橋さんはバイクで帰途へ。奥野さんは観光。前田さんはロゲイニングに参加。保さん、永瀬は、リベンジレースでトレーニングしました。永瀬は1走のコースをこなした後、3走のコースにチャレンジ。3走のコースは7走よりもきつく感じました。

<前田さん>

ロゲインは池山登山が主目的で達成でき、あとはのんびり歩きました。

<奥野さん>

朝8時、他の皆さんをなんとか見送り、一人朝ごはんへ。ゆっくり食べて満足しました。

チェックアウト後、帰り方を決められないまま、ひとまず歩いて高速バス乗り場を偵察に行く。コインロッカーがなかったので、キャリアをひきながらJR駒ヶ根駅へ。しかし、ここにもコインロッカーなく、しかたがないからそのままキャリアをひいて「かっぱ館」へ。かっぱ館の前にポスト発見。でもオリエンティアは見かけませんでした。かかった労力のわりに「かっぱ館」の印象が薄かったため、電車で塩尻に行き、塩尻ワインを飲むことを決意。塩尻で、こじゃれたランチと塩尻ワインをいただく。

特急で名古屋に戻るのに、なんと指定席満席。自由席も満席で、デッキで過ごしました。そこでアメリカ人の若者グループに出会い、楽しくなりそう！と期待したものの、ワインのせいかな電車で酔ってしまい、つらい時間になりました。名古屋に着くと、なんか梅田みたいな熱気でイヤになり、新幹線ではなく近鉄特急でのんびり帰ることにしました。広くてすいている近鉄特急で、塩尻駅弁「釜めし」を食べながら、ようやく楽しさを取り戻し、無事帰阪。家に着いたのは8時くらいでした。

## 9. 最後に

クラブカップも今回が最終回。KOLAとしては、年間のイベントでは大きな位置づけで。リスタートなし完走というのは、手頃な目標でした。

次年度、後継イベントが開催されることを期待しています。そのときは、「若手メンバーを補強してもう少し上位を目指す。」あるいは「ベテランクラス2チーム(正規+オープン)」、理想は、「クラブカップクラス+ベテラン」とかいろいろ考えられます。いずれにしても参加して楽しみたいですね。

競技中の歩測: 縮尺別1cmは何復歩?  
永瀬の場合(歩測ではなく走測?)

| 縮尺       | 復歩 | 距離   |
|----------|----|------|
| 1:15,000 | 60 | 150m |
| 1:10,000 | 40 | 100m |
| 1:7,500  | 30 | 75m  |
| 1:5,000  | 20 | 50m  |
| 1:4,000  | 16 | 40m  |

# Result

上位3人の平均に対する相対(%)

タイム 巡航速度 ミス率

2010/09/5 第一回東工大岡山スプリントat東京工業大学岡山キャンパス

| 出走名          | 距離         | タイム     | 巡航速度      | ミス率                |
|--------------|------------|---------|-----------|--------------------|
| M35 A(出走15名) | 3.4 km 50m |         |           |                    |
| 1 森 竜生       |            | 0:21:20 | 横浜OLC     |                    |
| 2 上条 圭       |            | 0:22:21 | 方向音痴会     |                    |
| 3 柴田 達真      |            | 0:22:58 | TeamSKI-O |                    |
| 6 永瀬 真一      |            | 0:25:41 | つばめ会      | 115.6% 113.7% 8.9% |

ロマンス(出走12名)

|         |    |         |      |        |
|---------|----|---------|------|--------|
| 1 野本 圭介 |    | 0:13:49 |      |        |
| 参 山本 保  |    | 0:14:04 |      |        |
| 参 小山 温史 |    | 0:14:16 | つばめ会 |        |
| 永瀬 真一   | P1 |         | つばめ会 | 129.3% |

2010/09/18 駒ヶ根スプリント2010atアルプスの丘・荒城史跡2010

|              |               |         |        |        |
|--------------|---------------|---------|--------|--------|
| M21-1(出走85名) | 2.81 km 130 m |         |        |        |
| 1 紺野 修介      |               | 0:18:56 | 横浜OLC  |        |
| 2 櫻本 信一郎     |               | 0:19:43 | 京葉OLC  |        |
| 2 小泉 成行      |               | 0:19:43 | ときわ走林会 |        |
| 平山 友啓        | DISQ          |         | KOLA   | 471.3% |

|              |               |         |       |                     |
|--------------|---------------|---------|-------|---------------------|
| M21-2(出走83名) | 2.79 km 130 m |         |       |                     |
| 1 松澤 俊行      |               | 0:18:09 | 静岡OLC |                     |
| 2 寺垣内 航      |               | 0:18:23 | 京葉OLC |                     |
| 3 円井 基史      |               | 0:20:05 | 多摩OL  |                     |
| 72 白川 努      |               | 0:37:31 | KOLA  | 198.8% 183.7% 17.3% |

|            |              |         |      |                     |
|------------|--------------|---------|------|---------------------|
| W21(出走42名) | 2.24 km 95 m |         |      |                     |
| 1 関谷 麻里絵   |              | 0:19:23 | 朱雀OK |                     |
| 2 皆川 美紀子   |              | 0:20:00 | みちの会 |                     |
| 3 加納 尚子    |              | 0:20:51 | 朱雀OK |                     |
| 37 奥野 有弓   |              | 0:50:37 | KOLA | 249.9% 140.1% 14.5% |

|            |              |         |        |                     |
|------------|--------------|---------|--------|---------------------|
| M35(出走49名) | 2.27 km 95 m |         |        |                     |
| 1 国沢 五月    |              | 0:17:42 | トータス   |                     |
| 2 奥村 理也    |              | 0:18:44 | OLC吉備路 |                     |
| 3 小林 岳人    |              | 0:18:58 | ES関東C  |                     |
| 30 永瀬 真一   |              | 0:27:17 | KOLA   | 147.7% 140.1% 18.4% |

|            |              |         |       |                     |
|------------|--------------|---------|-------|---------------------|
| M50(出走21名) | 2.14 km 90 m |         |       |                     |
| 1 田中 徹     |              | 0:20:55 | 京葉OLC |                     |
| 2 大塚 校市    |              | 0:21:16 | 千葉OLK |                     |
| 3 鈴木 規弘    |              | 0:21:23 | 多摩OL  |                     |
| 14 前田 春正   |              | 0:30:10 | KOLA  | 142.4% 139.9% 14.7% |
| 16 寺田 保    |              | 0:34:44 | KOLA  | 163.9% 141.2% 24.9% |

2010/09/18 駒ヶ根クイックO&ラビリンスO

出走150名

|           |  |         |       |        |
|-----------|--|---------|-------|--------|
| 1 小林 遼    |  | 0:04:22 | 東大OLK |        |
| 2 三谷 洋介   |  | 0:04:33 | 東大OLK |        |
| 3 松澤 俊行   |  | 0:04:35 | 静岡OLC |        |
| 109 前田 春正 |  | 0:08:56 | KOLA  | 198.5% |



2010/9/19 第18回クラブカップリレーオリエンテーリング大会at駒ヶ根高原2010

|    |               |             |                 |                 |
|----|---------------|-------------|-----------------|-----------------|
| 1  | みちの会A         | 小林知彦        | 田島利佳            | 太田貴大            |
|    | 3:53:50       | AY 0:29:52  | 9 BX 0:30:28    | 10 3C 0:41:11   |
|    | (7)           | 25男 0:29:52 | 23 39女 1:00:20  | 7 25男 1:41:31   |
| 2  | ES関東C - A     | 大久保裕介       | 小暮喜代志           | 山本真司            |
|    | 3:54:17       | BX 0:28:06  | 5 AY 0:27:46    | 1 3C 0:50:19    |
|    | (1)           | 36男 0:28:06 | 9 35男 0:55:52   | 3 36男 1:46:11   |
| 3  | 静岡OLC-A       | 田濃邦彦        | 和久田好秀           | 平井均             |
|    | 3:54:53       | BY 0:30:39  | 10 AX 0:26:20   | 1 3C 0:41:57    |
|    | (12)          | 35男 0:30:39 | 26 37男 0:56:59  | 4 46男 1:38:56   |
| 60 | OLC吉備路        | 福田良雄        | 菅原克也            | 徳野利幸            |
|    | 6:52:49       | BY 1:01:49  | 81 AX 0:36:23   | 22 3C 1:33:17   |
|    | (102) OVER300 | 61男 1:01:49 | 133 30男 1:38:12 | 108 60男 3:11:29 |
| 64 | KOLA          | 前田 春正       | 寺田 保            | 平山 友啓           |
|    | 7:10:20       | AY 0:57:01  | 71 BX 1:00:33   | 80 3C 1:14:02   |
|    | (101) OVER300 | 64男 0:57:01 | 128 64男 1:57:34 | 131 32男 3:11:36 |
|    | 大阪市大OLC28-3   | 高橋誠一郎       | 上田隆之            | 水石和秀            |
|    | 8:09:28       | BX 1:15:31  | 83 AY 1:19:28   | 84 3C 1:28:10   |
|    | (238) オープン    | 28男 1:15:31 | 141 29男 2:34:59 | 140 27男 4:03:09 |

|       |         |       |     |         |     |       |             |
|-------|---------|-------|-----|---------|-----|-------|-------------|
| 皆川美紀子 |         | 高橋元気  |     | 吉田勉     |     | 柳下大   |             |
| 4P    | 0:23:17 | 3     | 5Q  | 0:19:46 | 4   | 6F    | 0:40:07     |
| 29女   | 2:04:48 | 1     | 27男 | 2:24:34 | 1   | 48男   | 3:04:41     |
| 土井聡   |         | 渡辺円香  |     | 加藤弘之    |     | 山口大助  |             |
| 4P    | 0:23:03 | 2     | 5Q  | 0:20:11 | 5   | 6G    | 0:40:15     |
| 37男   | 2:09:14 | 4     | 35女 | 2:29:25 | 2   | 31男   | 3:09:40     |
| 稲葉茜   |         | 若山亜美里 |     | 村越真     |     | 松澤俊行  |             |
| 4P    | 0:30:03 | 23    | 5Q  | 0:27:04 | 27  | 6G    | 0:35:30     |
| 25女   | 2:08:59 | 3     | 22女 | 2:36:03 | 6   | 50男   | 3:11:33     |
| 荻田博文  |         | 吉岡康子  |     | 新見和教    |     | 奥村理也  |             |
| 4Q    | 0:31:25 | 23    | 5P  | 0:57:40 | 73  | 6F    | 1:17:48     |
| 32男   | 3:42:54 | 114   | 53女 | 4:40:34 | 117 | 41男   | 5:58:22     |
| 村橋 和彦 |         | 奥野 有弓 |     | 白川 努    |     | 永瀬 真一 |             |
| 4P    | 0:46:43 | 72    | 5Q  | 0:35:21 | 50  | 6G    | 1:07:53     |
| 63男   | 3:58:19 | 125   | 32女 | 4:33:40 | 113 | 32男   | 5:41:33     |
| 吉永哲雄  |         | 山平拓也  |     | 平山友啓    |     | 中村貴史  |             |
| 4P    | 1:06:33 | 88    | 5Q  | 0:44:47 | 76  | 6G    | 1:14:11     |
| 29男   | 5:09:42 | 138   | 29男 | 5:54:29 | 135 | 32男   | 7:08:40     |
|       |         |       |     |         |     | 132   | 29男 8:09:28 |
|       |         |       |     |         |     |       | 129         |



2010/09/20 クラブカップ2010リベンジレース

BYパターン(1・2走)

永瀬 真一 0:45:07

3Cパターン(3走)

永瀬 真一 1:20:54

7Gパターン(7走)

寺田 保 2:53:45



2010/09/20 駒ヶ根ロゲイニング

男子シニア(出走7名)

1 斎藤 和介 1186点 3:26:00  
 2 久保 喜正 1186点 4:46:59  
 3 清水 直樹 1186点 4:55:41  
 5 前田 春正 732点 4:19:52

S-34-79-78-150-32-140-39-101-36-43-35-54-83-76-48-103-55-F

S-35-43-36-101-39-79-78-140-32-150-34-55-103-48-76-83-54-F

S-43-36-101-39-79-78-150-32-140-34-55-103-48-76-83-54-35-F

S-34-79-78-150-32-140-39-101-36-43-F

2010/09/26 パークO関西in京都大会/宇治太陽が丘OL大会at太陽が丘2010

MA(出走40名) 3.1 km 100m

1 大西 康平 0:19:10 ぞんび~ず  
 2 寺村 大 0:20:03 朱雀OK  
 3 寺田 啓介 0:20:25 鞍部同好会  
 横田 実 P1

142.7%

M50(出走9名) 2.2 km 75m

1 小八重善裕 0:17:50 鈴亀OLC  
 2 阿部 昌隆 0:18:29 東京OLクラブ  
 3 山本 博司 0:19:18  
 8 前田 春正 0:24:18 KOLA

131.1% 127.7% 10.7%

B(出走11名) 2.3 km 80m

1 溝上 裕介 0:24:00  
 2 三谷 法顕 0:27:32  
 3 デイビッド・スメ 0:29:05  
 5 中森 哲平 0:31:08 ISO C

115.9% 115.4% 21.2%

N(出走16名) 1.8km 70m

前山 周 0:21:37  
 諏訪 圭亮 0:21:40  
 谷村 昌美 0:30:08  
 秦 昴太郎 0:33:36 ISO C  
 岡本 拓馬 0:34:38 ISO C  
 永津 星斗 0:36:31 ISO C  
 金田 真弥 0:38:40 ISO C  
 座古 恵里圭 0:42:02 ISO C  
 杉浦 良美 0:50:24 ISO C  
 白山 舞子 P1 ISO C

137.3% 147.4% 22.0%  
 141.5% 150.8% 22.1%  
 149.2% 148.2% 27.4%  
 158.0% 154.5% 28.3%  
 171.8% 145.7% 35.3%  
 205.9% 148.3% 46.5%  
 180.7%



# パーク0 IN 関西 第2戦

太陽が丘オリエンテーリング大会

by よこたみのる

何か久しぶりの感じがする大会参加。生徒8人をつれて太陽が丘までやってきました。和泉市から車ですが、第2京阪ができたおかげで、着くのが早いこと。しかし、すでに駐車場はかなり埋まっていた。

着いてから、地図の見方や大会への参加注意など、部員に一通り説明。スタートまで、1時間以上もあったものだから、ゆっくりとできました。

いよいよ、スタート。部員たちは、Bクラスには中森君、その他はNクラスに参加。僕は、最下位覚悟でMAで。あとで参考にするため、中森君には、GPSロガーを持ってもらって、コースを記録。なかなかおもしろいので、普段の練習でも使っています。



さて、肝心の成績ですが、なんとか白山さんをのぞいて全員すべて回ることができたようです。ちょっとは成長しているようです。ところが僕は、生徒に「必ずコントロールを見つけたら番号を確認すべし」と注意しているにもかかわらず、最後の方のコントロールで、痛恨の隣接にひっかかってペナルティー。

次回のリレーでは、間違えないようにしないと(^\_^;)。



|    | MA  | 3.1 km | 100 m |
|----|-----|--------|-------|
| 1  | 215 | ⊗      | ⊗     |
| 2  | 217 | ⊗      | ⊗     |
| 3  | 213 | ⊗      | ⊗     |
| 4  | 212 | ⊗      | ⊗     |
| 5  | 201 | ⊗      | ⊗     |
| 6  | 202 | ⊗      | ⊗     |
| 7  | 208 | ⊗      | ⊗     |
| 8  | 220 | ⊗      | ⊗     |
| 9  | 223 | ⊗      | ⊗     |
| 10 | 230 | ⊗      | ⊗     |
| 11 | 229 | ⊗      | ⊗     |
| 12 | 228 | ⊗      | ⊗     |
| 13 | 225 | ⊗      | ⊗     |
| 14 | 232 | ⊗      | ⊗     |
| 15 | 237 | ⊗      | ⊗     |
| 16 | 236 | ⊗      | ⊗     |

**太陽が丘2010** -JSSOM-

宇治太陽が丘  
オリエンテーリング大会

パークツアーin関西 京都大会  
2010年9月26日(日)

縮尺 1:5,000  
等高線間隔 2.5m

一太陽が丘一  
京都府宇治市

- コルナシ (通行可能)
- フェンス (通行禁止)
- 土のり、通行可能箇所
- 通行禁止の穴
- 小のり、砂、砂利
- 遊歩、石橋
- 立ち入り禁止 (防護柵付)

R3

R2

R1

# 第26回KOLA新春オリエンテーリング大会

【主催】岸和田オリエンテーリング協会（KOLA）

【日時】2011年1月3日（月）雨天決行、荒天中止

【集合場所】錦織公園パークセンター下ピロティ（公園南入口よりテープ誘導予定）[地図参照]

- ・南海高野線滝谷駅より徒歩20分
- ・近鉄長野線滝谷不動駅より徒歩20分
- ・無料駐車場あります（ただし台数に限りがあります）



【受付】9時45分～10時30分

【競技規則】日本オリエンテーリング競技規則に準ずる。

【競技形式】ポイント - O

【パンチ器具】EMITのEカード使用

【地図】大阪OLC作成「錦織公園」(JSSOM準拠)プリンタ出力

縮尺：1/5,000 等高線間隔 2.5m 走行度 4 段階 コース印刷済み

【トレーニングに関する情報】トレーニングコースは設定しません。

【クラス】MA（無制限）WA（女子、年齢無制限）

M35（男子35歳以上）W35（女子35歳以上）

M50（男子50歳以上）W50（女子50歳以上）M65（男子65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）

【優勝設定時間】各クラスとも25～30分

【お楽しみ】恒例の上位希望者対象のお年玉争奪お楽しみレースを予定しています。

【注意事項】事前申込者のスタート時刻は事前指定します。

トップスタートは10時45分の予定です。

プログラムは12月26日頃にホームページ

<http://www63.tok2.com/home2/kola/>に掲載します。

金属製ピンつきシューズは禁止します。

長袖&長ズボンを推奨します。

【表彰】各クラス3位まで表彰致します。

- 【参加費】
- ・事前申込者 ...1000 円 [マイカード使用者は 300 円割引]
  - ・当日申込者 ...1500 円 [マイカードは使用できません]
  - ・高校生以下、Nクラス...500 円 [Eカードレンタル料込み]  
プログラムはWEB 公開します。(郵送希望者は+200 円)

【問い合わせ】

- ・競技一般に関すること

〒 596 - 0044

岸和田市西之内町 2 - 20 寺田 保

電話 072-438-0260

F A X 020-4664-7566 (KOLA 専用。通話料+30 円/枚かかります)

E-mail mail@kola.club.ne.jp 【強く推奨】

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

【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) 性別
- (6) Eメールアドレス(ある方は必ずお書きください)
- (7) 生年月日
- (8) 所属クラブ[学校名]
- (9) マイEカード番号[マイEカード使用者のみ]
- (10) プログラム郵送希望者はその旨

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)~(10)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。

申込〆切 2010年12月17日(金) 必着

12月17日22時までにEメールなどで連絡をいただければ結構です

【その他】

- ・参加者が自分自身あるいは第三者へ与えた事故・損傷・損害について、主催者は一切責任を負いません
- ・主催者は傷害保険に加入しますが、補償額には限度があります。
- ・自分で出したごみは必ずお持ち帰りください。
- ・女性用更衣テントを用意します。
- ・KOLA杯として、男女の対象者に記念Tシャツと大会無料参加券プレゼント
- ・KOLA杯獲得者として、以下の5名を無料招待します。  
大北洋平さん、河崎千里さん、大西康平さん、石川突起さん、佐藤政明さん
- ・無料招待の方も、事前申込(1)~(10)をE-mail、葉書、FAXで連絡)してください。  
また、無料招待者でEカードレンタルされる方は、レンタル代も無料とします。

# OLカレンダー

| 年月日       | 大会名ほか                             | 場所          |
|-----------|-----------------------------------|-------------|
| 10/16     | [JOA:S]パーク0ツアーin関西・滋賀大会           | 滋賀.野洲       |
| 10/16     | 救命救急講習会                           | 埼玉.         |
| 10/16     | 「地図と遊ぼう」普及指導者育成講習会                | 千葉.柏        |
| 10/16     | Park-0 Tour Hokkaido 2010 第5戦<要項> | 北海道.虻田郡留寿都村 |
| 10/17     | TREKNAOフォトログ@所沢<場所変更>             | 埼玉.         |
| 10/17     | 福井市民秋季大会兼朝倉遺跡フォト0大会               | 福井.福井       |
| 10/17予定   | 第27回ウェスタンカップリレー                   | 滋賀.甲賀       |
| 10/17     | 2010第3回さいたま0クリニック<要項>             | 埼玉.越生町      |
| 10/17     | 第5回トレイル0のつどいin代々木公園               | 東京.         |
| 10/17     | 関東学連盟新人戦                          | 東京.八王子      |
| 10/23     | 第2回県協会練習会&初心者教室                   | 岡山.笠岡       |
| 10/23     | Park-0 Tour Hokkaido 2010 第6戦<要項> | 北海道.札幌      |
| 10/23 -24 | 白鷹山芋煮ロゲイン2010[JOAロゲイン]            | 山形.東村山郡     |
| 10/23 -24 | 地図調査講習会<要項>                       | 北海道.札幌      |
| 10/23 -24 | オリエンテーリング体験会in秋の楽園祭               | 岐阜.各務原      |
| 10/24     | 石川県民大会兼全日本リレー選考会                  | 石川.加賀       |
| 10/24     | 第8回岡崎市民大会                         | 愛知.岡崎       |
| 10/24     | 第11回東京都選手権大会                      | 東京.青梅       |
| 10/24     | 秋の親子OL大会                          | 福岡.福岡       |
| 10/30     | 第2回横浜シティロゲイン                      | 神奈川.横浜      |
| 10/31     | オリエンテーリングを楽しもう                    | 埼玉.滑川       |
| 10/31     | 筑西市パーク0大会兼県西OLの集い                 | 茨城.筑西       |
| 10/31     | オリエンテーリングくりはら大会兼第16回北海道東北選手権      | 宮城.         |
| 10/31     | Nagoya Park-0 Tour 第2戦            | 愛知.名古屋      |
| 10/31     | 関西学連定例戦                           | 京都.京都       |
| 10/31     | [JOA]トレイル0四国inまんのう(スプリント併設)<要項更新> | 香川.         |
| 10/31     | 第4回赤城山トレイルランニングレース[JOA共催]         | 栃木.赤城山      |
| 10/31     | 松江秋の大会                            | 島根.松江       |
| 11/3      | TREKNAOフォトログ@越生                   | 埼玉.         |

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

とんでもなく暑かった9月が終わり、10月にはいと嘘のように涼しくなってきました。この時期は、岸和田では祭の季節。有名な海側地区は9月に終わったが、10月は山手側の祭。僕自身は、岸和田に戻らず、藤井寺の布団太鼓に参加しています。「祭」も最近は楽しむ物ではなく、何か見せ物のように感じるところがおおくなっているようで、ちょっと残念な気がしますが、なんとか、自分が楽しめるようにしたいものです。