静岡オリエンテーリングクラブ　新年練習会

2021年1月11日

重要なお知らせ：　緊急事態宣言が発出され、日中の外出自粛や都道府県をまたぐ移動の自粛、ならびに静岡県独自の対策として緊急事態宣言対象地域との往来自粛が求められる場合、該当地域にお住いの方の参加はご遠慮ください。
静岡県が緊急事態宣言対象地域となった場合は開催を延期します。

練習会の狙い

どのコースも基本的に難易度は低め（コントロール位置が明瞭）で、距離が長めのコースとなっています。上級者はナビゲーションの基本をしっかり行いつつ、よりスピードを上げて走れるように各自取り組んでください。中級者は基本となるナビゲーションの流れ、ルートプラン→ルート維持（整置しての方向確認、地形確認ナド）→現在地把握、を１つ１つ意識しながらしっかり回って来れるようにしてください。初級者も中級者と基本的な課題は同じですが、知らない地図記号を事前に確認し、現地でしっかり見て様々な記号にも対応できるようになっておきましょう。

なおレベルを問わず時間管理は各自責任をもって行ってください。**終了時間は厳守してください。**

開催判断

大雪などの荒天、新型コロナウイルス感染拡大、災害発生等で参加者の安全を確保できないと担当者が判断した場合は前日 18 時までに開催中止を決め、メールでお知らせします。実施の場合は特に連絡しません。

集合場所・駐車場所

駐車台数に限りがあります。現地に来れる車の台数を制限します。設置隊以外の人は **10 時までに大渕公園（https://goo.gl/maps/B9uo9at1o94z1yrJ6）に集合**し、クラブ会員の指示により乗り合わせてお越しください。乗り合わせ中は換気を良くして、会話をあまりしないようにお願いします（乗車時間 10 分以内）。

現地では国道 462 号・県道 72 号沿いの路側帯に順番に停めてもらいます。他の交通の邪魔にならないようにしてください。

大渕公園の標高は約 430m、現地拠点は約 600m です。気象条件によっては降雪、積雪、凍結の可能性はゼロではありません。車で来る方は冬装備の用意もお願いします。

スケジュール

09:00	（設置隊）現地拠点集合、設置開始
10:00	（設置隊以外）大渕公園集合、乗り合わせて現地へ移動
10:30	受付開始
11:00	順次スタート
11:30	スタート閉鎖（これ以降のスタートはできません）
14:30	フィニッシュ閉鎖、撤収開始、撤収隊以外の人は流れ解散
15:30	解散
20:30	オンライン振り返り＋新年会

参加費

一般参加　：	2,200 円（地図代・保険代込み　以下同じ）
クラブ会員、一般参加（学生）：	1,700 円
クラブ会員（学生）：	1,200 円
クラブ会員（設置隊）：	700 円
SI レンタル費：	+300 円（マイ SI 持参者は無料）

※当日支払い（Paypay 支払い可）、新型コロナウイルスに関する参加自粛を促すためキャンセル料はかかりません。欠席者で地図希望者は地図代郵送代として 1000 円を後日お振込みください

練習会の流れ、注意事項

- **「新型コロナウイルス予防」「練習会で起こりうるリスク」**をよく読み、事前に対策をお願いします。
- 設置隊以外は **10 時に大渕公園に集合**し、乗り合わせて現地へ移動します。集合場所・駐車場所参照
- 集合場所に設ける受付にて参加費を支払ってください。
- スタート準備が整ったら順次スタートできます。スタート時刻や順番は指定しません。スタートは集合場所から徒歩 1 分です。
- 計測は SI チップで行います。使い方が分からない方は事前にクラブ会員に確認してください。紛失、破損した場合は 5500 円を別途申し受けます。
- フィニッシュも集合場所至近です。撤収隊になっていない人はフィニッシュ後、流れ解散です。密回避、飛沫予防にご協力ください。
- 20 時 30 分ころよりオンライン振り返りと新年会を行います。ぜひご参加ください。URL 等は直前にお知らせします。
- 荷物預かりは行いません。自家用車等での荷物管理をお願いします。紛失・盗難があった場合の責任は負いかねます。
- 集合場所に建物やトイレはありません。事前に着替え等を済ませてお越しください。
- 集合場所付近にはコンビニや自動販売機はありません。各自で事前に用意してください。

持ち物について

以下のものを各自用意してください。

- □　山でオリエンテーリングするためのウェア（長袖長ズボンなど肌を覆うものをおすすめします）
- □　山を走れる靴（踏み抜きの恐れもあります。斜面で滑りにくく、底の固い靴をお勧めします）
- □　コンパス（方位磁針、貸出可）
- □　ホイッスル（緊急連絡用）
- □　SI カード（持っている方のみ）
- □　各自の昼食や飲料
- □　雨具や防寒具
- □　健康保険証

新型コロナウイルス予防

以下のご協力をお願いします。

- 開催 2 週間前から体温を記録し 2 週間以内に発熱があった場合は参加をお控えください
- 開催 2 週間以内に感染者との濃厚接触があった場合は参加をお控えください
- 発熱の有無に関わらず開催 2 週間以内に喉の痛みや激しいせき、味覚障害など新型コロナウイルスに似た症状があった場合は参加をお控えください
- 当日朝も各自検温し、37.5℃以上の熱があった場合は参加をお控えください。**当日朝の体温を受付時にお聞きします。**
- 出走中以外はマスクを着用してください
- ソーシャルディスタンスの確保、飛沫の予防、食事をしながらの会話、大声を出しての会話はお控えください
- 手洗い消毒にご協力ください
- 新型コロナウイルス感染状況により参加者の在住地域を限定する場合があります
- 新型コロナウイルス感染状況によっては開催を中止または延期する場合があります
- 本イベントに起因する新型コロナウイルス感染が確認された場合はいただいた個人情報を保健所等関係機関に提供する場合があります

練習会で起こりうるリスク

道迷い：ナビゲーション技術があれば対応可能ですが現在地を見失った場合は林道に出ることで比較的容易に現在地を把握できます。また利用エリアの南端に 2 車線の国道が走っているので、その道まで出れば集合場所へ戻ることができます。決して国道を超えて行かないようにしてください。

低体温：寒い時期の開催です。天候の良し悪しに関わらず低体温になる可能性があります。状況に応じて防寒具や雨具を身に付けて取り組んでください。

脱水症状：行動時間は比較的短いですが給水所は設けません。各自で水分補給をお願いします。

転落・滑落：急峻な斜面はありませんが、小さながけや深く切れ込んだ切れるなどがあり転落滑落する可能性があります。周囲の安全を確保しながら進んでください。

踏み抜き：林の中を利用するため踏み抜きの可能性があります。なるべく底の丈夫な靴の利用をおすすめします。

その他：転倒による骨折・捻挫、急病・体調不良による停滞と救助の遅れなど、一般的なアウトドア活動と同等のリスクがあります。

救助を待つ場合：万一の遭難に備えホイッスルや携帯電話の携行をおすすめします。携帯電話で連絡を取るか、ホイッスルを使って周囲に居場所を知らせるようにしてください。

練習会コース

地図：鳥追窪（2020 年 12 月修正）　**縮尺：1:10000　等高線間：5m　図式：ISOM2017-2**

上級コース	距離	7400m	登り	320m
中級コース	距離	5500m	登り	270m
初級コース	距離	4100m	登り	215m

エントリーリスト

NO	名前	マイSI	基本料	Si	合計	レベル	会員	移動
1	出野幹夫		1,700	300	¥2,000	中級	会員	自家用車あり
2	戸塚祐介		1,700	300	¥2,000	上級	会員	自家用車あり
3	出野由夏		1,700	300	¥2,000	初級	会員	同乗予定あり
4	岩本昌子		1,700	300	¥2,000	中級	会員	自家用車あり
5	田代雅之	2066901	700	0	¥700	上級	会員・設置	自家用車あり
6	田畑清士		1,700	300	¥2,000	上級	会員	自家用車あり
7	鈴木紀夫	8310600	2,200	0	¥2,200	上級	非会員	自家用車あり
8	滝正晴	1420302	1,700	0	¥1,700	上級	会員	自家用車あり
9	坂倉豊		2,200	300	¥2,500	上級	非会員	自家用車あり
10	中島克行		700	300	¥1,000	上級	会員・設置	自家用車あり
11	滝志保	1420720	1,700	0	¥1,700	上級	会員	同乗予定あり
12	馬淵洋志		1,700	300	¥2,000	上級	会員	相乗り希望
13	長縄知晃	2045576	1,700	0	¥1,700	上級	会員	自家用車あり
14	長縄美春	2045579	2,200	0	¥2,200	上級	非会員	同乗予定あり
15	高野 純一		1,700	300	¥2,000	上級	会員	相乗り希望
16	柏樹芳雄	7209628	2,200	0	¥2,200	上級	非会員	自家用車あり
17	渡辺達也	7344018	1,700	0	¥1,700	上級	会員	自家用車あり
18	大澤貴子	7344053	1,700	0	¥1,700	上級	会員	同乗予定あり
19	神戸錬一郎	7137137	2,200	0	¥2,200	上級	初・非会員	相乗り希望
20	高津寿三鈴		2,200	300	¥2,500	上級	非会員	同乗予定あり
21	田中洋江	7344056	2,200	0	¥2,200	中級	初・非会員	自家用車あり
22	池田麻子		2,200	300	¥2,500	上級	初・非会員	同乗予定あり
23	尾花勇		2,200	300	¥2,500	上級	初・非会員	自家用車あり
24	細見喜世		2,200	300	¥2,500	中級	非会員	相乗り希望
25	大類亜美里		1,700	300	¥2,000	上級	会員	自家用車あり
26	大石由美子		1,700	300	¥2,000	中級	会員	自家用車あり
27	横井里乃		1,700	300	¥2,000	上級	会員	相乗り希望
28	鈴木真		2,200	300	¥2,500	上級	非会員	自家用車あり
29	松元恭子		2,200	300	¥2,500	中級	非会員	自家用車あり
30	山本恵美		1,700	300	¥2,000	初級	会員	自家用車あり
31	滝澤栄介		2,200	300	¥2,500	上級	初・非会員	自家用車あり
32	大導寺真理		2,200	300	¥2,500	中級	初・非会員	相乗り希望
33	佐々木雅人		1,700	300	¥2,000	初級	会員	自家用車あり
34	田濃邦彦		1,700	300	¥2,000	上級	会員	自家用車あり
35	小泉成行		0	0		上級	運営	自家用車あり