

# 静岡ナビゲーション練習会 エコパ練習会

2021年4月25日

## 練習会の狙い

---

3月に荒天中止となった練習会をリベンジ開催します。静岡ナビゲーション練習会としては久しぶりに細かな地形が広がる里山での練習。経験が浅い人は小さな尾根や谷がどのように見えるのかいろいろ観察して経験を積み重ねましょう。またオリエンテーリングマップの記号にも慣れましょう。経験のある人は細かな地形の中から特徴的な地形を読み取り、かつ正確なナビゲーションに必要な情報を判断し、素早い（速いではない）ナビゲーションの練習を行いましょ。

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

## 開催判断

---

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、ウェブサイトや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

---

小笠山総合運動公園エコパスタジアム前（詳細は[県民大会プログラム](#)をご確認ください）

- ・JR 東海道本線「愛野駅」から徒歩約15分
- ・東名高速 掛川インターチェンジより約8分、無料駐車場あり（P4：第四駐車場を利用してください）

グーグルマップへのリンク：  
駐車場 <https://goo.gl/maps/mb349P9wH5Xizq2G6>  
集合場所 <https://goo.gl/maps/Nybtty5faGvKGCFT6>

## スケジュール

---

09:00～09:30	県民大会受付（県民大会の参加費をお支払いください）
09:30	開会式・競技説明
10:00	個人 B1,B2 クラス スタート（競技時間 60 分）
10:10	個人 A クラス スタート（競技時間 90 分）
11:00	個人 B1,B2 クラス 制限時間
11:40	個人 A クラス 制限時間
12:00	県民大会表彰式、表彰式後練習会の受付開始
12:40	練習会説明、説明後順次スタート（スタート閉鎖は 13:00） フィニッシュ後屋外にて順次振り返り
14:30	練習会フィニッシュ閉鎖（この時間までに必ず戻ってください）撤収開始
15:30	解散（終了後静岡 OLC クラブ員はクラブ総会）

## 参加費

---

**午前の部（県民大会）参加費：** 大人 1,000 円/人、高校生以下 500 円/人

※現地支払い（現金のみ）

※静岡県オリエンテーリング協会会員（または会員を含むグループ）は 500 円引き

**午後の部（練習会）参加費：** 大人 1,500 円/人 高校生以下 500 円/人

※現地支払い（Paypay 支払い可）

※静岡オリエンテーリングクラブ会員および大学生（院生）は 500 円引き（大人のみ）

※浜松オリエンテーリングクラブ会員は 1000 円引き（大人のみ）

**夜の部（オンライン、ZOOM）参加費：**

予定していたオンライン振返りは現地での振返りに変更します。

振返りは屋外にて、マスクを着用した上で向かい合わずに横に並んで行ってください。

## 練習会の流れ

---

- 「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。
- 午前中は静岡県民オリエンテーリング大会への参加です。詳細は[県民大会プログラム](#)を参照してください。
- 県民大会と練習会の受付は別々に行います。それぞれの時間帯にそれぞれの参加費をお支払いください。
- 午後の練習会は午前中の大会進行や準備の都合で開始時間が遅れる場合があります。開始が遅れた場合でもフィニッシュ閉鎖時刻以降の時間は変更しません。予めご了承ください。
- 県民大会後にオリエンテーリングエクササイズのコートを用意しておきます。各自チャレンジしてみましょう。担当者不在のためベテラン会員でフォローをお願いします。なお雨天時は実施しません。
- 説明時にコントロール位置説明表を配布します。ベテラン会員は説明表の読み方が分からない人にアドバイスををお願いします。
- スタート順は指定しません。時間内に順番にスタートしてください。（間隔は 30 秒程度あける）
- コースはポイントオリエンテーリングです。指定された順番通りにコントロールを回ってください。順番を間違えた場合はどうすればよいか分からない人は当日の説明時またはベテラン会員に質問してください。
- 計測に E カードを利用します。基本的な使い方は[県民大会プログラム](#)を参照してください。ただしスタートはリフトアップスタート、フィニッシュはパンチングフィニッシュで行います。詳細は当日説明します。
- 地図の見方や迷わないためのヒントが[県民大会プログラム](#)に記載されています。不安な方はぜひ予習してください。
- **どんなに遅くともフィニッシュ閉鎖時刻までに戻ってくる**ようにしてください。間に合いそうにない場合は途中リタイアも検討してください。フィニッシュ閉鎖時刻になったらコントロールを順次撤収します。撤収後は流れ解散です。密回避、飛沫予防にご協力ください。

## 注意事項

---

- Eカードレンタル希望者がEカードを紛失、破損した場合は5000円がかかりますので注意してください。
- 男女とも更衣室はありますが荷物預かりは行いません。貴重品の管理は各自で責任を持ってお願いします。紛失・盗難があった場合の責任は負いかねます。
- 会場のトイレを利用できます。
- 県民大会から続けて参加する場合は昼食を事前にご準備ください。なお建物内での飲食は禁止です。
- 車道や遊歩道、広場内を通行します。車や他の来園者と接触しないよう十分に気を付けてください。
- 会場やコース上にゴミを落とさないようにしてください。ゴミは各自持ち帰りをお願いします。

## 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。ただし金属ピンの付いたシューズの利用はお控えください。）
- コンパス（方位磁針、貸出可）
- ホイッスル（緊急連絡用）
- E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。

- ・ 開催日まで体温を記録し、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。**県民大会受付時に体温をお聞きます。**（県民大会に参加・運営しない方は練習会受付時にお聞きます）
- ・ 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広場や遊歩道に出ることで比較的容易に現在地を把握できます。

**滑落・転落**：コース上でも急な斜面があります。滑らないように注意してください。またコースを外れると危険なげが点在し、転落の危険があります。特にヤブで足元がよく見えない場合は注意してください。道を外れる場合は顔を上げて前方の様子をよく見て、足元の安全を確保しながら進むことで危険を回避しやすくなります。

**低体温**：雨天の場合は低体温になる可能性があります。特に午前中から参加する場合は状況に応じて防寒具や雨具を身に付けたり途中で着替えたりして対策してください。

**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。

**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。

## 練習会地図とコース情報

---

縮尺：1:7500

等高線間隔：5m

距離：3.6km

登り：280m

地図図式：ISOM2007に概ね準拠

コントロール位置説明：JSCD2008

## エントリーリスト

氏名	県民大会	練習会	会員登録	学割	Eカード	練習会参加費
井土宙	参加	参加	静岡OLC		505256	1000
高井遥貴	参加	参加		対象	231471	1000
出野由夏	参加	参加	静岡OLC		250414	1000
出野幹夫	参加	参加	静岡OLC		250413	1000
田畑清士	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
本間晃		参加	静岡&浜松		507586	500
佐々木雅人	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
鈴木正文		参加	浜松OLC		レンタル	500
内藤愉孝		参加	浜松OLC		レンタル	500
長縄知晃	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
赤井秀和	参加	参加	静岡OLC		210071	1000
滝志保	参加	参加	静岡OLC		210123	1000
高野純一	参加	参加	静岡OLC		250415	1000
鈴木悟	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
滝正晴	参加	参加	静岡OLC		209774	1000
浅井蓮	参加	参加		対象	レンタル	1500
横田圭一郎	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
鈴木紀夫		参加			510600	1500
戸塚祐介	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
和田佳丈		参加	静岡OLC		レンタル	1000
岩本昌子	参加	参加	静岡OLC		250412	1000
永松敦		参加	浜松OLC		レンタル	500
横井里乃	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000
谷川友太	参加	参加			238946	1500
田代雅之	参加	参加	静岡OLC		512388	1000
宮崎敦司	参加	参加			512731	1500
大類亜美里	参加	参加	静岡OLC		510357	1000
大類健介	参加	参加	静岡OLC		レンタル	1000