

静岡オリエンテーリングクラブ ナビゲーションシリーズ 2025

Bo-nen

Mountain
Orienteering

忘年マウンテンオリエンテーリング（BMO）プログラム

開催日：2025年12月27日（土）

Ver.1 (12/18 発行)

重要なお願い

- ✧ フィニッシュ閉鎖の15時半になつたら戻り始めるのではなく、**15時半までに帰って来られるよう行動**してください。
- ✧ 地図に描かれた**道を外れてはいけません**（一部エリアとコントロール周りを除く）。
- ✧ ソロで参加する人は事前にスマートフォンに NaviTabi アプリをインストールし、ログインして使えるようにしてください。またアプリ利用にはアプリ上での課金が必要です。Google Play や AppStore で課金できるよう事前の登録をお願いします。

開催判断

災害発生、警報発令等、参加者の安全を確保できないと担当者が判断した場合、運営者都合で運営ができない場合は開催中止としイベント前日 18 時までに Web ページにてお知らせします。

集合場所

浜当目海岸公園（〒425-0012 静岡県焼津市浜当目3丁目地先 浜当目海岸）

【地図】 <https://maps.app.goo.gl/2DLfrrjHrzcvvXk79>

交通アクセス

車：海岸の駐車場を利用できます。駐車場は一般の方も利用します。可能な方は乗り合い乗車または電車・バスや自転車・徒歩でご来場ください。満車の場合は焼津駅周辺のコインパーキングをご利用ください。

JR：「焼津駅」下車、約 1.8km

バス（帰りのみ）：焼津市自主運行バス焼津循環線「当目大橋」まで徒歩約 10 分

バス時刻表：<https://www.city.yaizu.lg.jp/life/transportation/bus-taxi/bus/timetable/index.html>

スケジュール

09 : 00	受付開始
09 : 30	競技説明後、順次スタート（スタート時間・順番は指定しません）
10 : 00	スタート終了（以後のスタートはできません）
15 : 30	フィニッシュ閉鎖（この時間までに必ず戻る）、フィニッシュした人から順次解散 ※フィニッシュ閉鎖時刻を募集要項の案内より 30 分遅らせました。

着替え・荷物預かり・食事について

- 屋内会場はありません。着替えは事前に済ませてお越しください。
- 荷物は運営車または自家用車に保管をお願いします。貴重品管理は各自でお願いします。預け荷物の紛失・盗難があった場合の責任は負いかねます。
- トイレは浜当目海岸公園のものを利用できます。またコース上にも公衆トイレが点在しています。
- 集合場所近くに自販機があります。会場から 600m の所にコンビニエンスストアもあります。
- 会場から約 1km のところにサンライフ焼津（焼津温泉）があります。

お支払い・返金

申込区分を間違えてお申込みされた方には追加徴収または返金を行います。なおエントリーサイト（JOY）の利用料がかかるため、全額の返金はできません。

SI カード持参の予定で忘れた方にはレンタル料 500 円でお貸出します。

練習会ルール

以下のルールを含め、プログラムに記載した内容を十分に理解したうえで参加してください。

- コースを全部回れなくとも**フィニッシュ閉鎖時間（15:30）までにフィニッシュへ戻る**ようにしてください。
- 地図に示されたコントロールを指定された順に回り、スタートからフィニッシュまでにかかったタイムを計測します。
- 地図に描かれた道以外は通行禁止**です。道を外れてのショートカットは禁止です。不明瞭な道でふいに道から外れてしまうことは許容しますが、すぐに道に復帰するように行動してください。ただしコントロールを道から少し外れた場所に設置してある箇所、並びに「広場・公園」「通行可能な林」で地図に記載された場所では道を外れても構いません。

4. コントロールの通過証明は SPORTident (以下 SI) を利用します。ペアの場合はどちらか 1 名が持つていればよいです。マイ SI 申請者は忘れずに持ってきてください。忘れた場合は別途レンタル料を頂きます。なお SI を紛失した場合は弁償金として 7,700 円（税込）を頂戴します。紛失しないよう付属のゴムバンドで指に装着し、ゴムひもなどを利用して脱落防止を行ってください。
5. ソロ参加者は安全管理（位置把握）のため NaviTabi アプリを利用してください。ペア・グループで参加する場合は任意です。
6. ペア・グループで参加する場合はスタートからフィニッシュまで必ず一緒に行動してください。
7. ソロで参加する場合はバッテリー不足に備えモバイルバッテリーを必ず持ってください。
8. 怪我や体調不良等で閉鎖時間までに戻れない場合はできるだけ早めに緊急連絡先へ連絡をお願いします。競技エリア内は深い谷の中以外は全キャリアとも概ね通話可能です。
9. コントロールは地図に記載した撤収時間以降に順次撤収します。撤収時間を過ぎたコントロールは目指さないでください。
10. 途中でリタイアする場合も必ずフィニッシュへ戻ってきてください。フィニッシュを通らず帰宅した場合は未帰還者として捜索対象となる場合があります。
11. 数は限られますがコース途中には公衆トイレ、コンビニが点在します。位置を地図に記載しています。地図に記載はしませんが売店や自動販売機も点在します。
12. 民家の敷地や畠の中には入らないでください。通行可能な道でも地元の方から立ち入らないように言われた場合は従ってください。またその旨を緊急連絡先へ一報お願いします。
13. 農林作業や工事をしている場合があります。作業の邪魔にならない場所を通行してください。
14. ゴミは捨てないでください。落し物にも注意し、他者の物が落ちていた場合は拾うよう心掛けてください。
15. コース上および周辺エリアで動植物の採取や損傷を与えないでください。
16. コース上で負傷や体調不良の参加者を見かけた場合はその救助を優先してください。
17. 仮装や裸での出走やその他公序良俗に反する行為はしないでください。
18. 本プログラムに記載の情報から変更になった事項がある場合は当日受付にてお知らせします。

練習会の流れ

1. 受付を済ませ、出欠確認を行ってください。欠席の場合は連絡不要ですが遅刻する場合は電話で連絡ください。
2. 9:30 ごろより競技説明を行います。ソロ参加者の NaviTabi 起動ならびにモバイルバッテリー所持の確認もします。
3. 説明後に地図を配布します。自信がない人は事前に地図を見ても構いません。練習効果をより高めたい人はスタートするまで地図を見ないでください。
4. 浜当目海岸公園がスタート地点です。スタート時刻は指定しません。SI のスタートステーションをパンチしてからスタートしてください。ソロ参加者は NaviTabi 上でスタート操作も行ってください。
5. コントロールにはフラッグと SI ステーションを設置しています。SI を使ってパンチしてください。ステーションが作動しない（音と光が出ない）場合は、スマホ等で写真撮影してください。フィニッシュ後に確認します。ソロ参加者は NaviTabi 上でもパンチ操作を行ってください。
6. 撤収時間を過ぎたコントロールは目指さず、その先へ進むかフィニッシュへ戻ってください。
7. フィニッシュはスタートと同じ場所です。SI のフィニッシュパンチをして計測データを読み取ってください。ソロ参加者は NaviTabi 上でもフィニッシュ操作を行ってください。表彰式はありません。

8. フィニッシュしたら流れ解散です。

NaviTabi 利用方法

下記より NaviTabi のプレイマニュアルにリンクできます。

[かんたんプレイマニュアル](#)

[iOS 版プレイマニュアル](#)

[android 版プレイマニュアル](#)

利用時に 450 円をアプリ上で課金する必要があります。Google Play や AppStore で課金できるよう事前の登録をお願いします。アプリ利用時にかかる通信料はご負担願います。

NaviTabi での計測は正式なものではありませんが、位置確認をするためスタート、コントロールでのパンチ（通過証明）、フィニッシュの操作を行ってください。**機内モードにはせず、電池残量が少ない場合はモバイルバッテリーを利用してください。**なお途中でのコース変更に対応するためアプリ上は 5 時間半の Score (ロゲイニング) コースとして設定しています。

地図とコースについて

縮尺 1/25,000 等高線間隔 10m

図式は国土地理院の地形図に準じます。特別な記号は地図に凡例表記してあります。

磁北線記載済みで、耐水用チェック付きポリ袋を主催者で用意します。

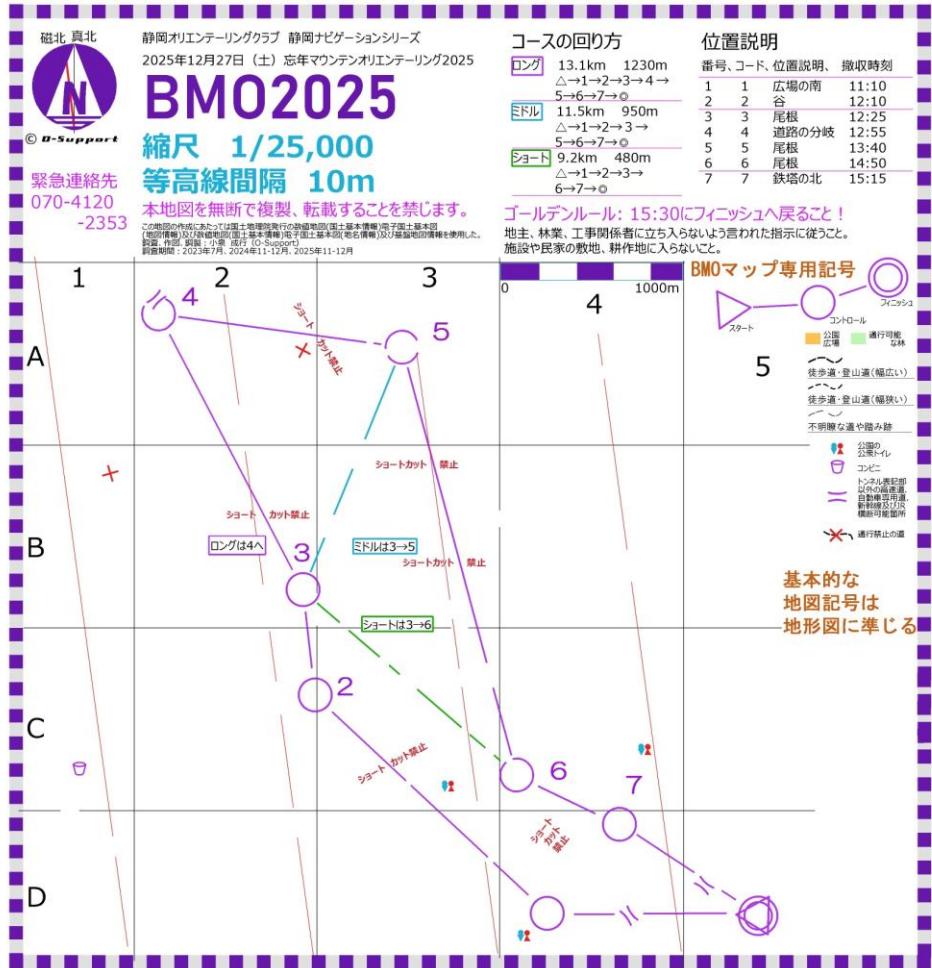
次ページの図の通り、**ロング、ミドル、ショートのコースが 1 枚の地図にすべて記載されています。**ロングのコースを原型とし紫色で記載しています。ミドルは緑、ショートは青の線でショートカット部分を示しています。次ページの例に従うと、**ロングはスタート△→1→2→…→7→フィニッシュ○まで紫線に従って進みます。ミドルはスタート△→1→2→3 まで紫線、3→5 まで青線、5→6→7→フィニッシュ○まで紫線に従って進みます。ショートはスタート△→1→2→3 まで紫線、2→6 まで緑線、6→7→フィニッシュ○まで紫線に従って進みます。**途中で短いコースに変更することも可能です。状況を見ながら柔軟にコースを変更してください。

ロードや林道、トレイルなどりが中心のコースですが、一部不明瞭な踏み跡や道が荒廃した森の中を通行する箇所があります。道際には危険な崖もいくつか点在します。慎重に行動してください。

コース情報は次表の通り。距離は直線距離、登距離は想定ベストルートを進んだ場合の累積標高（地図上でカウント）、目標タイムはエリートランナーが走った場合の想定タイムです。数値は変更される場合があります。

今年のコース	距離	登距離	目標タイム
ロング	13.1 km	1230m	3 時間～3 時間半
ミドル	11.5 km	950m	2 時間半～3 時間
ショート	9.2km	480m	2 時間～2 時間半

参考：昨年のコース	距離	登距離	優勝タイム
ロング	14.5 km	1450m	3 : 43 : 38
ミドル	11.3 km	1180m	4 : 05 : 15
ショート	8.9km	780m	3 : 37 : 45



持ち物

下記の装備を1人1つ携行してください。ソロ参加者はスタート前に NaviTabi が利用可能な状態でモバイルバッテリーを持っているか確認します。これらを確認できない場合はソロ出走できません。それ以外の持ち物の事前チェックは行いませんが、これらの装備がないと救助を待つ状況になってしまった場合に著しくリスクが高まることを理解し、携行して出走してください。

- 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（踏み抜きしづらいもの推奨）
- 雨具・防寒具
- コンパス（方位磁針）
- ホイッスル（緊急連絡用）
- 各自の行動食や飲料
- ライト（ヘッドライト、ハンドライトなど。スマホのライトは不可）
- サバイバルシート
- ファーストエイドキット（絆創膏、テーピングなど）
- 保険証や免許証など個人を特定できるもの
- スマートフォン（緊急連絡が出来るよう十分充電しておいてください。ソロ参加者は NaviTabi をインストールし利用できるようにしておいてください）
- モバイルバッテリー（ソロ参加者のみ）

- SI チップ（マイ SI を持っていない方はレンタル）

本イベントで起こりうるリスク

ルールに則り行動すれば参加者が自分自身でリスクをコントロールできるようにコースを用意しています。参加する方は天候の急変や体調の変化に対応できるよう装備を整えてください。また以下をよく読み、安全を確保できるよう慎重に行動してください。（赤字は募集要項からの変更点）

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。山から道路に出る場合は安全に下りられる場所を選んで通行してください。また日没が大変早い時期です。必ず時間内にフィニッシュへ戻ることを意識してください。時間までにフィニッシュ（会場）に到達できない場合は、暗くなる前に道路や林道に出て、フィニッシュに向かうようにしてください。

低体温：寒い時期の開催です。**また海沿いのため強風が吹くことがあります。**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。防寒具、雨具を身に付けてください。

脱水症状：山での行動は長時間に及びます。必要な飲料水を必ず携行してください。コース途中にコンビニや売店、自動販売機が点在し、利用できます。

転落・滑落：急な斜面や法面、がけなどがあります。やみくもに進まず周囲の安全を確保しながら進んでください。また時間までにフィニッシュ（会場）に到達できない場合は暗くなる前に林道に戻り、林道を使って山を下りてください。

落石：急な斜面や法面の下側などで落石の可能性があります。小石が転がる場所などでは上方の安全も確認しながら進んでください。ヘルメットの着用でダメージを低減することができます。

踏み抜き：整備されていない道も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「持ち物」に記した装備を必ず携行してください。怪我や体調不良で動けなくなった場合は防寒具やサバイバルシートを着用し低体温にならないようにしたうえで、携帯電話を使って地図に記載している緊急連絡先に連絡してください。電話が通じない場合はホイッスルやヘッドライトを使って周囲に居場所を知らせるようにしてください。

その他注意事項

- ・ 小学生以下の子供の参加はご遠慮ください。中学生を含む場合は 20 歳以上の方と同伴で参加してください。
- ・ 傷害保険は主催者が加入しますが、補償額には限度がありますので、参加者も各自で加入するか健康保険証を持参することをお薦めします。
- ・ イベント中に写真や動画を撮影しクラブや委託先の広報に利用します。問題がある場合は事前にご連絡ください。

エントリーリスト

後日整えて公開します。ひとまず [JOY 上でご確認ください。](#)