

## 競技上のご注意とお知らせ

### <<ロゲイニング競技規則>>

●コース上のチェックポイントを指定された時間内に見つけることにより得点が与えられる。得点はチェックポイントへの到達の難易度により異なる。チェックポイントは任意の順番にまわることができる。より多くの得点を獲得したチーム、もしくは同点の場合にはより早くフィニッシュしたチームが上位となる。

※「コース」とは、ロゲイニング競技時間中にチームで移動する場所全てを指す。ただし、主催者により指定された競技外地区やアクセス道路を除く。

●コース上に持ち込むことのできるナビゲーション用具は、競技地図、方位磁石および時計である。本大会ではこれら以外のナビゲーション用具としてGPS受信機、万歩計、高度計をコース上に持ち込むことを許可する。競技地図に示される情報以外の追加情報のある地図の持ち込みは許可しない。

●競技中、各参加者は常に下記の3つの装備品を携帯（**必携品**）しなければならない。

①ホイッスル、②熊鈴、③参加同意書に電話番号を記載した携帯電話（チームで最低1台）

●参加者は自力で移動しなければならない。動力の付いた移動手段や、自転車、カヌー、馬などを利用した移動は許可しない。

●コース上では、チームの構成員は、互いに声の聞こえる範囲内で行動しなければならない。この点について主催者あるいは他チームから確認された場合には実証しなければならない。

●チームは他人から助力、協力を受けてはならない。また、故意に他チームに続いてはならない。

●チームで使用する目的で、競技前にコース上に食料や用具を置いてはならない。また、競技中に全ての食料や用具をコース上で捨ててはならない。

●主催者は、コース上に給水所、給食所などは設けない。本大会では参加者はコース上にある公衆用の販売（売店、自動販売機など）は利用をしても良い。ただしゴミは捨ててはならない。

●参加者は、故意にチェックポイントなど主催者によってコースに設置された設備に危害を加えてはならない。

●各チェックポイントの通過証明はEMIT社製Ecardを使用する。競技中にEcardを紛失した場合は失格となる。

●参加者は農地や植林地、主催者により指定された立入禁止区域を横断してはならない。本大会では競技地図に記載された道路、道、小道、小径以外は通行してはならない。競技中は交通規則を遵守しなければならない。

### <<オリエンテーリング競技規則>>

●（社）日本オリエンテーリング協会が定める「日本オリエンテーリング競技規則」に準じて実施する。

（社）日本オリエンテーリング協会 <http://www.orienteering.or.jp/>

●タイム計時の方法はEMIT社製Ecardを使用する。

### <<トレイルランニング競技規則>>

●主催者によって定められた山岳コースにて、個人単位のタイムレース方式とする。所要時間の短い者が上位となる。

●クラス毎にフィニッシュ閉鎖を設ける。また50mile・60km・30kmの各クラスには関門を設ける。選手はフィニッシュおよび関門を制限時間内に通過しなければならない。制限時間内に通過できなかった選手は**失格（途中棄権）**となり、係員の指示に従わなければならない。

●競技中、各選手は常に下記の装備品を携帯（**必携品**）しなければならない。

①Ecard（電子計測器、スタート前チェックで渡します）、②地図（配布物に含まれています）、

③ホイッスル、④熊鈴、⑤防寒具（雨具）、⑥携帯電話（参加同意書に番号を記載したもの）、

⑦水分（1リットル以上）、⑧ライト（30kmクラスは推奨、予備電池は推奨）、

※各クラスの必携品は以下の表に示す。(●が必携品)

※30kmクラスのライトは推奨

	①Ecard	②地図	③ホイッスル	④熊鈴	⑤防寒具	⑥携帯電話	⑦水分	⑧ライト
50mile	●	●	●	●	●	●	●	●
60km	●	●	●	●	●	●	●	●
30km	●	●	●	●	●	●	●	○
15km	●	●	●	●	●	●		
5km	●							
キッズ	●							

●スタート前チェックまたはフィニッシュにて抜き打ちで**必携品の確認**を行う。係員から提示を求められた場合は速やかに従わなければならない(フィニッシュは水分を除く)。**必携品**に不備がある場合は**失格**となる。

●ストック(ポール)や杖の使用を許可する。ただし**スタートから500m地点までは使用を禁止**する。その間は必ずザックに装着することとし、手に持って走ることも許可しない。

●主催者は救護所に給水所を設ける。その他の場所には給水所、給食所などは準備しない。

●競技中に使用する目的で、競技前にコース上に食料や用具を置いてはならない。また、競技中に全ての食料や用具をコース上で捨ててはならない。

●選手は、主催者によって指定されたコースに従って走行しなければならない。コースは赤白のストリーマーおよび、方向指示看板によって表示されている。スキー場のコース内は指定が無い場所ではコース幅の何処を走行しても構わない。ただし主催者側が競技運営上のチェックとして制限を設けている場合は、それに従わなければならない。

●タイム計時の方法はEMIT社製Ecardを使用する。また各コースの通過証明もEcardで行う。**タイムの計測および各チェックポイントの通過確認は選手の自己責任で行う**。Ecardでタイムおよび通過確認ができない場合は失格となることもある。なお競技中にEcardを紛失した場合も失格となる。

クラス	通過確認の為にチェックポイント数	備考
50mile	32カ所	50mileと60kmには、左記のうち係員がいない、無人のチェックポイントが2カ所含まれます。
60km	23カ所	
30km	17カ所	
15km	10カ所	
5km	5カ所	
キッズ	1カ所	

## <<各競技共通の競技規則>>

- 競技者またはチームが棄権を希望する場合には、近くの係員にその旨を報告し、Ecardを提出すること。
- 遭難信号を聞いたチームまたは競技者は、競技を中断し、必ず救助活動を行わなければならない。これらの救助活動中に発生する競技規則違反は罰則としてチームまたは競技者に課せられない。
- 競技者はゴミを捨ててはならない。
- 競技者は競技会場で火を扱ってはならない。
- 競技者はコース上でタバコを吸ってはならない。
- 競技者は植物あるいは動物の生態系を過度に破損・妨害してはならない。

## <<その他>>

- ・上記の競技規則に違反した者や、係員の指示に従わなかった者は失格となります。
- ・競技上における変更事項は受付横の公式掲示板にてお知らせいたします。
- ・参加者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について、主催者は一切その責任を負いません。
- ・本大会参加者には傷害保険を付保しております。ただし、少額ですのでご自身でも保険準備と健康保険証の持参をおすすめします。
- ・本大会は最小限の人数で運営しますので、参加者の皆様も円滑に運営進行するようご協力をお願いします。
- ・ゴミは必ず持ち帰ってください。

## 計測機器（EMIT 社製 Ecard）について



～EMIT 社製 コントロールカード～

ロゲイニング（1チーム1つ）

オリエンテーリング（各自1つ）

トレイルランニング（各自1つ）

持ち方のオススメは、左右どちらかの薬指にバンドをかけ、手のひらの中に握りこむと、持ち替えることが無くなる。

バックアップラベル(コントロールカード裏面の紙)に、針で穴があくように接触させると、通過記録が必ず残る。



～コントロールユニット～

～コントロールフラッグ～

コース中のチェックポイントに設置。

コントロールカードに通過記録が残っていないと、チェックポイントの通過は認められない。

ただしコントロールカードやコントロールユニットが故障した場合のみ、バックアップラベルで救済を行う。バックアップラベルにも通過記録(針の穴)が残っていない場合は通過を認められない。

チェックポイント不通過の場合

ロゲイニング>得点なし

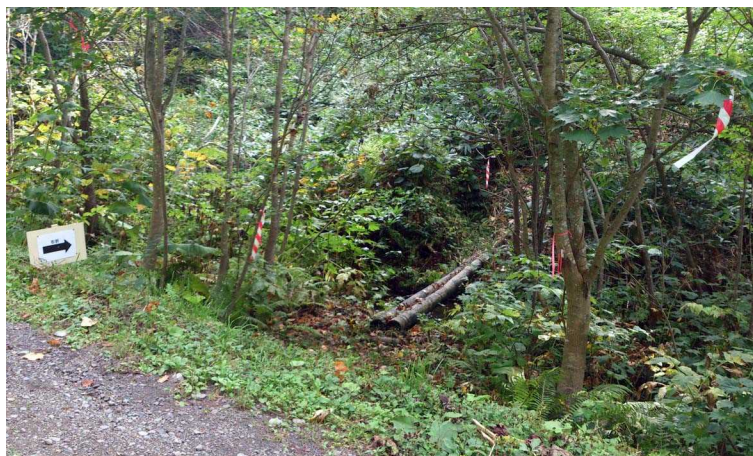
オリエンテーリング>失格

トレイルランニング>参考記録



**※スタート前チェック周辺に見本がありますので必ず確認をしてください。**

- トレイルランニングにおいて、走行しなければならないコースを示す、赤白のストリーマーおよび方向指示看板の一例です。



## ロゲイニング・コースプロフィール

ロゲイニングのトレインは、羊蹄山と洞爺湖を結んだほぼ中間付近の留寿都村の丘陵地帯です。今回で8回目の開催となり、各チェックポイントは容易な設定ですが、今回は、広範囲で移動能力を重視に加えて、オリエンテーリング用の地図が追加されることで、その計画性も必要とされています。是非、北海道の景色と広さを楽しんでください。

## オリエンテーリング・コースプロフィール

本トレインは、ルスツリゾートのスキー場を利用したオープントレインです。植生は悪く、道走り中心の高速レースになることが予想されます。

クラス	距離	表彰対象
A	5.0km	男・女の各1~3位、35歳以上の男・女の1位、20歳以下の男・女の1位。
B	3.0km	男・女の各1~3位、50歳以上の男・女の1位、18歳以下の男・女の1位。
N	1.0km	男・女の各1~3位。

## トレイルランニング・コースプロフィール

本大会の競技エリアは主にスキー場、牧草地、林道（一般道を含む）から構成されており、コース幅が広く追い抜きが容易なコースのためスピーディーなレース展開が予想されます。

また一昨年よりは新設された**ゴルフコース迂回シングルトラック**を通過します。本コースの中で一番厳しい**シングルトラック**で、**河川を複数回横断、湿地帯の通過、激斜面の登り降り**などがあります。50mile・60km・30km・15kmの各クラスは往復します。昨年より幾分湿地帯を迂回するルートが準備されています。

●50mileクラスのコースレイアウトは、ルスツリゾート敷地内をスタート・フィニッシュとし、ウエスト山頂から裏側に抜け、舗装道路3.6kmを経て尻別岳の喜茂別コースにアクセスします。尻別岳の山頂を經由し、またルスツリゾート敷地内に戻ります。国道230号線をトンネルでくぐり、ゴルフコース迂回シングルトラックとイースト・イゾラ山麓を抜けて、さらに奥まで走り抜けます。その後、林道部分を抜け、イゾラを裏側から登ります。イゾラを下山、今度はイースト山頂を通過してイーストセンターステーションに戻ります。ここまでが60kmクラスと共通区間になり、ここからは30kmクラスと共通区間になります。2度目のイースト・イゾラ山麓を移動後、イゾラを裏側から登ります。イゾラを2度目の下山、恒例のイースト山頂も2度目の通過をしてからフィニッシュに向かいます。

●60kmクラスのコースレイアウトは、59.0km地点まで50mileクラスと共通コースを走り、イーストセンターステーションから折り返さず、まっすぐフィニッシュに向かいます。

●30kmクラスのコースレイアウトは、ルスツリゾート敷地内をスタート・フィニッシュとし、ウエスト山頂に登り、山頂の周りを回って下山します。その後国道230号線をトンネルでくぐり、ゴルフコース迂回シングルトラックとイースト・イゾラ山麓を抜けます。その後、ヘブンリービューコースに登り、イゾラ山頂とイースト山頂を順に通過してフィニッシュに向かいます。

●15kmクラスのコースレイアウトは、ルスツリゾート敷地内をスタート・フィニッシュとし、ウエスト山頂に登り、山頂の周りを回って下山します。国道をトンネルでくぐり、新設のゴルフコース迂回シングルトラックを通り抜け、イースト山頂を目指します。イーストを下山後、ゴルフコース迂回シングルトラックを通過してフィニッシュに向かいます。

●5kmクラスのコースレイアウトは、ウエスト山頂に登り、山頂の周りを回ってフィニッシュを目指します。

●キッズクラスのコースレイアウトは、5kmクラスの途中で折り返します。

クラス	距離	累積標高	アップ率	舗装	備考
50mile	83.4km	5,165m	6.20%	4.6km	C P 32カ所, 関門7カ所, 救護所7カ所, 給水所1カ所, トイレ7カ所
60km	62.6km	3,565m	5.69%	4.6km	C P 23カ所, 関門4カ所, 救護所4カ所, 給水所1カ所, トイレ4カ所
30km	33.2km	2,145m	6.46%	1.0km	C P 17カ所, 関門3カ所, 救護所4カ所, トイレ5カ所
15km	16.5km	940m	5.70%	1.0km	C P 10カ所, 関門なし, 救護所2カ所, トイレ3カ所
5km	5.2km	315m	6.06%	0.0km	C P 5カ所, 関門なし, 救護所なし, トイレなし
キッズ	2.4km	120m	5.00%	0.0km	C P 1カ所, 関門なし, 救護所なし, トイレなし