

2022

## オリエンテーリング講習会 in ルスツ

## 地図とコンパスを持って外に出よう！

地図とコンパスを持って山野を歩くことは、自分の行動範囲を広げると同時に、安全にアウトドアを楽しむための重要なポイントになります。

地図やコンパスは、ただ持っているだけでは意味が無く、コンパスを添えて地図を読むことができるようになって、初めて活用することができるようになります。

ナビゲーションスポーツの王道である「オリエンテーリング」にチャレンジして、講習会で身につけた技術を試し、習得した度合いを確認することができます。

各講習会で単独の参加も可能です。

道の無い林の中でナビゲーションスポーツを楽しみましょう。

主催 北海道オリエンテーリング協会  
協賛 加森観光(株)、ルスツリゾートアクティビティグループ、留寿都村オリエンテーリング協会

開催日時 2022年 **5月21・22日(土・日)** 小雨決行・雨天中止

開催場所 北海道虻田郡留寿都村「ルスツリゾート」および「日暮山」  
講習内容 地図読み、コンパス操作の基礎技術、およびオリエンテーリングのレース経験  
日程

21日  
10:00 ルスツリゾート集合  
10:30~12:00 ① スコアオリエンテーリング(初心者向け競技:ルスツリゾート)  
13:30~15:00 ② 机上講習(初心者向け講習:ルスツリゾート)  
15:00~16:30 ③ パーンオリエンテーリング(経験者向け練習:ルスツリゾート)  
19:00~20:00 テクニカルミーティング(1日目のふりかえり、2日目の予習)

22日  
09:00 ルスツリゾート集合  
10:00~13:00 ④ レベル別リレーオリエンテーリング(経験者向け競技:日暮山)  
14:00 ルスツリゾート解散

参加費 各講習 ① 2,500円/人、② 500円/人、③ 1,000円/人、④ 2,500円/人  
その他 21日昼食希望 1,700円/人、21日宿泊希望(1泊2食付) 13,500円/人

服装持ち物 動きやすい服装、筆記具、雨具、コンパス ※コンパスが無い方は貸し出します

申込先 メールのみ cak60560■pop13.odn.ne.jp (■=@) 信原(ノブハラ) 宛  
件名を「2022 オリエンテーリング練習会」として、①氏名(フリガナ)、②性別、③年齢、  
④連絡先(携帯電話)、⑤講習会参加希望(講習番号①~④)、⑥21日昼食希望有無、  
⑦21日宿泊希望有無、⑧その他(交通手段など)をご記入の上、

**5月16日(月)まで**にご連絡ください。

注意事項 健康については各自が責任をもって管理してください。

参加者が自身あるいは第三者に与えた損害・傷害・損失等について主催者は一切責任を持ちません。

新型コロナウイルスの感染予防対策はルスツリゾートの対策に準じて行います。詳細は以下をご確認ください。

<https://rusutsu.com/news-and-topics/covid-19/>

