

おいのながね
青い森狼野長根 2 Days オリエンテーリング大会



期日 2017年10月7日(土)～8日(日) 雨天決行・荒天中止
 大会公式ウェブサイト <https://orienteingaomori.jimdo.com/>

主催：青森県オリエンテーリング協会

後援：青森県 青森県教育委員会 五所川原市教育委員会
 東奥日報社 陸奥新報社

協力：あじゃらで遊ぶ NPO 法人スポネット弘前

大会会長 久道 達夫

大会コントローラ 日下 雅広 (岩手県オリエンテーリング協会)

総括責任者 幸山 敏克

運営・競技責任者 田中 徹

コースプランナー 田中 徹

■問合せメールアドレス (◆は@にしてください)

t_komama◆hotmail.com (幸山)

skogstroll◆biglobe.jp (田中)

■大会電話 090-9034-4084 (大会当日)

ご挨拶 **大会会長 久道 達夫**

「青い森狼野長根2Days オリエンテーリング大会」開催に当たり各地から、ここ青森県に多数のオリエンティアをお迎えして、大会を開催できますことは主催するものとして大変喜ばしく思います。海外からのエントリーもあり、白熱したレースが展開されるものと期待しております。

会場となります五所川原市は津軽平野のほぼ中央に位置し、津軽三味線の発祥の地であり、作家太宰治の生家「斜陽館」、地元の祭り「五所川原立佞武多(たちねぶた)」といった歴史文化を有しております。また、農林水産業を基幹産業とする豊かな自然に恵まれた田園都市であります。

2日目の会場となります「狼野長根(おいのながね)」の地名についてはいろいろな説がありますが、昔、アイヌがいたので「アイヌ長根」とよんだのがなまったという説もあり、また浪岡御所北畠氏が、ここに山犬がたくさんいて付近の部落に出没し、人畜に害を加えたため、大がかりな山犬狩りをやった時の名残ともいわれているようです。このような地において遠い昔のことを思いつつオリエンテーリングを楽しんでいただければ幸いです。

終わりに、今大会の開催にあたりまして、ご理解とご協力をいただきました原子、羽野木沢、佞元財産区の皆様には心より感謝申し上げます。また、ご指導、ご協力賜りました五所川原市、五所川原市教育委員会、ごしょつがる農業協同組合をはじめ関係各機関、団体各位に感謝申し上げますとともにご参加の皆様のご健勝をお祈りし、挨拶いたします。

大会役員

本部	久道 達夫	横岡 昭二	渡辺 厚吉
表彰	相馬武富士	中村 靖明	
受付・販売	幸山美奈子	相馬 慶子	幸山 咲子
スタート	田中 徹	館 幸雄	渡辺 秀樹
	一戸 康成	佐々木 諭	
フィニッシュ	山田 寿文	根城 有翔	
誘導	成田 裕貴	高橋 優太	
掲示・記録	佐藤 貴博	幸山 千里	
計算センター	山田 敦史 (秋田県オリエンテーリング協会)	幸山 敏克	
バス運行	相馬武富士		

■大会全般の注意事項

- 大会への参加は自身の健康状態を十分に把握し、絶対に無理をしないで下さい。参加者が自己や大会関係者、第三者に与えた損害に対し、主催者はいかなる責任も負いません。
- 会場・テレインでの火気の使用ならびに喫煙を禁止します。
- ゴミはお持ち帰りください。(テレイン、競技会場ならびに駅などにおいて廃棄しないでください。)
- 緊急の事態に備え健康保険証(またはそのコピー)を持参してください。
- スポーツ傷害保険に加入していますが、競技ならびに移動中の事故に備え傷害保険への加入をしてください。
- ミドルディスタンス競技には**ホイッスル・熊鈴を携帯することを推奨**します。
- けが人の救護は競技より優先されます。けが人を発見した場合は速やかに場所・状況を近くの役員まで報告してください。
- 気象警報の発令など主催者が参加者の安全を確保できないと判断した場合、大会の開催を中止いたします。二日間ともに開催/中止については、**当日午前 7:00 に決定し大会公式ウェブサイト・青森県協会 FaceBook で公表**します。
- 大会開催が中止された場合も参加費等の返却はいたしません。
- 本プログラム発行以降の変更・追加事項は大会公式ウェブサイト及び、大会会場の公式掲示板にて当日公表します。必ずご確認ください。
- 競技規則、地図図式、位置説明等の競技規則は、(公社)日本オリエンテーリング協会ホームページからダウンロードできます。http://www.orienteing.or.jp/

1 2. 本大会の成績は大会公式ウェブサイトに掲載いたします。

■競技に関する事項（共通事項）

1. 競技規則

『日本オリエンテーリング競技規則』ほか関連規定

2. コントロール位置説明

『コントロール位置説明仕様（JSCD2008）』

（グループ、M1 2、W1 2、M1 2、W1 5、Bクラス、県高校生、県中学生、県小学生は日本語を併記します。）

3. パンチ計時システム

EMIT 社電子パンチングシステム

4. 競技規則等の不適用条項については公式掲示板にて公表します。

5. コンパスの貸出は受付で行います。競技終了後、コンパスは受付に返却してください。貸出のコンパスは数に限りがあります。

6. 本大会では申込者の代理による出場（いわゆる代走）は認めません。

7. オリエンテーリング競技では、**赤白**テープは競技における誘導を示します。また**青黄**テープは立ち入りを禁じるエリアを示したものです。**青黄**テープを越えたり、テープで示されたエリアに入ってははいけません。

8. スプリントを開催するテレイン [菊ヶ丘運動公園] は、一般来園者の多い公園です。競技中に接触・衝突事故のないよう十分に注意してください。

9. 本大会の地図図式は、（公社）日本オリエンテーリング協会の定める『日本スプリントオリエンテーリング地図図式（JSSOM2007）』『日本オリエンテーリング地図図式（JSOM2007）』を用いています。地図図式では立入を禁じる記号が規定されています。立ち入りを禁じている記号で示される区域はがけなどの危険地帯であるか、民家の敷地、農地、果樹園、民営施設など競技中の立ち入り制約区域を示します。決して入ってははいけません。もし立ち入った場合は失格となります。

10. 本大会の地図に用いられる特殊記号は、公式掲示板で公表する地図見本により確認してください。

11. JOA によるドーピング検査が行われる場合があります。

12. トレーニングコースは設けません。

13. E-card およびバックアップラベルに書き込み・加工を行うことを禁じます。

14. スプリントの競技時間は 45 分です。ミドルディスタンスの競技時間は 70 分です。この時間をオーバーした競技者は失格となります。

■ 調査依頼・提訴

1. 調査依頼は本部配布の所定用紙に記入の上、本部に提出してください。回答は公式掲示板に掲載します。

2. 調査に対する回答に不服がある場合、提訴となります。提訴の場合、文書による提訴状を大会本部に提出してください。裁定委員による裁定結果が最終判断となります。裁定結果は公式掲示板に掲載します。

3. 裁定委員の委嘱

裁定委員は大会公式掲示板において公表します。

第1日目 10月7日(土) イベント1 スプリント

競技形式	スプリント
開催地	青森県五所川原市湊船越 192
集合場所 (会場) 駐車場	青森県立五所川原工業高等学校 武道館 (N 40.47.57 E 140.26.36) 特設駐車場 ※案内図をご覧ください。
地図	[菊ヶ丘運動公園] 2017年作成 ニューマップ、ニューテレイン 縮尺 1:4,000 等高線間隔 2m A4判 JSSOM2007 準拠 走行度 4+1 (通過禁止の植生) 段階表示 インクジェットプリンター印刷 耐水加工済
スタート 開始時刻	13:30~ (事前指定) 14:20~ (当日・グループ)
当日申込み 受付時間	12:00~13:30 (変更しました)
コース設定者	田中 徹

■ 交通

1. 東北新幹線「新青森」駅から

(1) JR奥羽本線經由JR五能線「五所川原」駅下車2 km。
(2) 新青森駅南口バス停より弘南バス五所川原駅行にて約1時間、「五所川原営業所」下車徒歩300m

2. 青森空港より空港バスを利用してJR「青森駅」から

(1) JR奥羽本線經由JR五能線「五所川原」駅下車徒歩2 km。
(2) 青森駅前9番バス停より弘南バス五所川原駅行にて約1時間、「五所川原営業所」下車徒歩300m

※公共バス（弘南バス）時刻は本プログラム末ページを参照ください。

3. 東北自動車道から

東北自動車道「浪岡IC」經由、津軽自動車道(無料供用中)利用「五所川原東IC」より国道101号を五所川原市内方面利用約10 km。特設駐車場(案内地図参照)をご利用ください。駐車場は無料です。特設駐車場より競技会場まで約800m、**紫**テープ誘導です。

五所川原工業高校敷地内へ車の乗り入れは禁止です。降車もできませんので、ご協力をお願いします。

4. 大会会場直通バス「青森駅」発「新青森駅」経由

青森駅発 11:20→新青森駅発 12:00→スプリント会場
12:40 着の大会会場直通バスを運行します。直通バスは、事前予約制です。

直通バス利用申込は、メールで大会事務局へお願いします。なお、先着55名までとさせていただきます。予約成立された方には受付票をメールにて返送します。バス乗車の際、係に受付票（印刷したものまたは携帯端末画面）をお見せください。料金（1,000円）は会場でお支払いください。

■ 競技会場 青森県立五所川原工業高等学校 武道館

[10月7日(土) 開場 11:30]

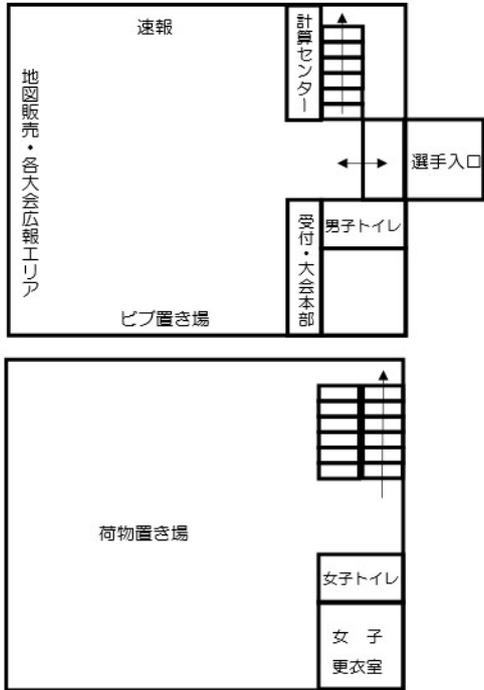
1. 五所川原工業高校は、校舎の解体工事を行っています。工事車両に注意して会場へお越しください。また、工事区域には絶対に立ち入らないでください。

2. 会場のレイアウト（駐車場・バス停・トイレ）は、案内地図をご覧ください。

3. 競技会場は五所川原工業高校武道場です。1階（畳敷き）

は、受付・本部・計算センター・男子トイレです。2階（板の間）は、荷物置場・女子更衣室・女子トイレです。譲り合ってください。**競技会場内は飲食禁止です。**

4. トイレは、きれいに使用するよう心がけて下さい。
5. 会場周辺（徒歩圏内）には、コンビニエンスストアがあります。
6. 学校敷地内のトイレ、水飲み場で洗濯、靴の泥落とし等は厳禁です。校舎内は立ち入り禁止です。



■競技の流れ

1. 受付（事前申込者）

- ・事前申込者は受付を通る必要はありません。会場にナンバーカード袋が入ったカゴがありますので、ご自分の名前が入った袋をお持ちください。袋にはナンバーカード・バックアップラベル（エントリーレース分）・レンタルE-card・申込不備通知（対象者のみ）が入っております。各自でご確認ください。
- ・安全ピンは各自でご用意ください。無い場合は、受付にて100円で購入できます。
- ・位置説明はスタートで配布します。

2. 受付（当日参加申込み）

- ・当日参加申込みの受付時間は 12:00~13:30 です。
- ・当日参加申込用紙に必要事項を記入していただき、受付にてお申し込みください。参加費のお支払い後にE-card・ナンバーカード・バックアップラベル・安全ピンをお渡しします。その際にスタート時刻もお知らせします。マイE-cardはご使用になれません。
- ・当日クラス情報と参加費は以下のとおりです。いずれのクラスも年齢・性別の制限はありません。OPL,OPS クラスの表彰はありません。グループは上位3組を表彰します。

クラス	レベル	参加費
OPL 当日個人上級	M35 レベル	1,500 円
OPS 当日個人中級	M65 レベル	1,500 円
グループ	1 人目 500 円 2 人目以降は一人あたり 200 円加算	

・各クラスとも定員（各クラス先着 10 人）がありますので希望のクラスに出場できない場合があります。あらかじめご了承ください。

・当日クラスの参加費にはE-cardレンタル料を含みます。プログラムは、公式掲示板で確認してください。

3. スタート地区まで緑テープ誘導 900m（徒歩 10分）
 - ・ウォーミングアップは、スタート地区までの誘導区間をご利用ください。

4. スタート 閉鎖時刻 15:28

- ・E-card・ナンバーカードがない方の出走はできません。
- ・スタート地区の時計は現在時刻を表示します。参加者の氏名による呼び出しは行いません。
- ・出走者はあらかじめスタート地区に設置されているアクティベートユニットにE-cardをセットし、ユニットの赤色ランプが点滅することを確認してください。点滅しない場合は役員に申し出てください。E-cardを交換いたします。
- ・各自スタート時刻の3分前になりましたら、クラス表示に従い3分前待機枠に入って役員によるE-card番号の確認を受けてください。
- ・スタートチャイマーは1分サイクルで作動します。
- ・チャイマーのブザーに従い1分ごとに1枠進んでください。
- ・2分前枠に進んだら、各自出場するクラスの位置説明をお取りください。
- ・1分前枠では出場クラスの印刷された地図をとってください。地図はスタートまで見ないでください。
- ・スタート5秒前のブザーでスタートユニットにE-cardをセットし、スタートブザーの合図と同時にE-cardをユニットから離し、スタートしてください。
- ・スタート地区からスタートフラッグ（オリエンテーリングの開始地点）までは赤白テープ誘導です。
- ・遅刻者は役員に口頭で申告してください。正規時刻にスタートするほかの競技者に影響を与える恐れがある場合、すぐにスタートできないことがあります。遅刻の場合、競技所要時間はあらかじめ指定されたスタート時刻から起算して算出されます。

5. スプリント地図記号凡例

	立入禁止区域
	自動車の通行する舗装区域（道路・駐車場）
	舗装区域（広場）
	舗装された歩道、遊歩道・砂利道
	小径、不明瞭な小径
	階段、橋
	通過不能な柵（通過禁止）、通過可能な柵
	通過できない建物、通過できる建物・大きな遊具
	大きなベンチ・遊具・祠、記念碑
	水のみ場、水路・河川・運河（通過不能な水域）
	湿地、通過不能な湿地
	小さなこぶ、小さな細長いこぶ
	小凹地、穴、小さなきれつ
	通過不能な壁
	目立つ小さな藪・目立つ樹木、藪・植込み
	切り株
	住宅地・花壇（立入禁止）
	開けた土地（広場・芝地）
	まばらに木の生えた開けた土地
	荒地・草地・伐採地
	耕作地（立入禁止）

6. テレインプロフィール

五所川原市街地の南側、岩木川に近接した平坦地に整備された運動公園で、園内の3万株のハナショウブが有名。また国の重要文化財である旧平山家住宅、民俗資料館、市営球場、テニスコートなどがありこれらの人工特徴物を使ったルート選択とすばやい読図が必要になる。

7. クラス・コース・優勝設定時間

クラス	距離 (登距離)	優勝 設定	位置説明 サイズ	人数
M21	3.1 (5)	12分	160×60	119
M35	2.8 (5)	12分	150×60	6
M50	2.4 (5)	12分	140×60	19
M65	2.2 (5)	12分	140×60	17
M20	2.3 (5)	12分	140×60	5
MBL	2.2 (5)	12分	140×60	3
W21	2.8 (5)	12分	150×60	45
W35	2.4 (5)	13分	140×60	1
W50	2.2 (5)	13分	140×60	3
W65	2.2 (5)	14分	140×60	6
W20	2.2 (5)	12分	140×60	7
W15	1.8 (5)	13分	130×60	1
W12	1.3 (5)	13分	120×60	1
WBL	2.2 (5)	13分	140×60	1
グループ	1.8 (5)	13分	130×60	1
県中男	1.8 (5)	13分	130×60	1
県高男	2.3 (5)	13分	140×60	27
県高女	2.2 (5)	13分	140×60	3

8. コントロール

- ・コントロールは1番から指定された順番で通過してください。
- ・コントロールに着いたらコントロール付属のユニットにE-cardをはめ込んでパンチしてください。
- ・誤ってパンチした場合、その後に正しいコントロールを順にパンチすることで競技が正しく行われたことが確認されます。コントロールを飛ばしてパンチした場合は、飛ばしたコントロールから改めて正しい順にパンチしてください。
- ・【重要】**コース途中で自動車の往来する道路を横断する**ところがあります。交通事故防止のため、横断の待機時間および横断の所用時間は競技時間から削除します。
- ・【重要】各コースには道路の横断地点両側にそれぞれコントロールが設置されています(地図表記あり)。横断前のコントロールチェックの後、**役員の指示に従い横断歩道を使って横断し、横断後のコントロールをチェックしてすぐさま競技を再開**してください。この横断の安全は各自十分に注意してください。
- ・【重要】この横断区間の所要時間は自動削除しますので、競技者の計時申告等は不要です。

9. 第1日目の競技に関する注意事項

- ・競技エリアは、運動公園を併設した公園です。**一般来園者との接触に十分注意して競技を行ってください。**
- ・**公園内に張ってあるトラロープ(黄黒色のロープ)は通過禁**

止です。乗り越えないでください。

- ・ルートの選択により藪や枝葉の繁茂する部分を通過する場合があります。安全のため長袖長ズボンの着用を推奨します。
- ・菊ヶ丘運動公園内では、すべてのクラスで金属スパイクシューズ(ドブ・スパイクなどを含む)の使用を禁じます。
- ・給水所は設けません。公園内には水飲み場があります。
- ・菊ヶ丘運動公園全般がテレインです。競技前の公園内散策を禁止します。

10. フィニッシュ

閉鎖時刻 16:13

- ・最終コントロールからフィニッシュまで**赤白**テープ誘導です。
- ・パンチングフィニッシュ形式です。計時線上のフィニッシュユニットにE-cardをはめ込んだ時刻がフィニッシュ時刻となります。
- ・ユニットは2個設置されていますがどちらを使用しても有効です。
- ・フィニッシュで、会場までの誘導用地図を配布します。地図に従って、会場までお戻りください。距離約900mでテープ誘導はありません。
- ・競技会場(武道館)1階で通過確認を行います。役員の指示に従い通過確認を受けてください。レンタルE-cardは回収します。翌日も参加する競技者にはレンタルE-cardを2日目会場で再配布します。
- ・競技に用いた地図の回収はいたしません。競技前の参加者に地図を見せたり、コースの情報を与えたりしないよう責任を持って管理保管してください。
- ・フィニッシュでは調査依頼・申告等を受け付けません。本部にお申し出下さい。
- ・競技が完了していない場合もフィニッシュ閉鎖時刻までにフィニッシュを通過してください。
- ・競技途中で棄権する場合、E-cardをフィニッシュに提出してください。これができない場合、何らかの方法で大会本部に棄権する旨の連絡をしてください。
(大会電話 090-9034-4084: 幸山)

11. 成績・表彰・地図販売

- ・成績速報は、会場に逐次掲示を行います。
- ・成績データを的場洋輔氏のラップセンターに掲載いただく予定です。<https://mulka2.com/lapcenter/>
- ・各クラスの男女それぞれ上位3名を表彰します。準備が整い次第、賞状をお渡しします。本部へお越しください。当日お受け取りできない場合は、翌日のミドルディスタンス競技会場の本部にてお受け取り下さい。
- ・競技地図の販売は、15:45(予定)より大会受付でおこないます。全コントロール図300円、コース図200円。いずれも数に限りがありますのであらかじめご了承ください。



第2日目 10月8日(日) イベント2 ミドルディスタンス

競技形式	ミドルディスタンス
開催地	青森県五所川原市持子沢
集合場所 (会場) 駐車場	狼野長根公園レストハウス「ウドナ」 (N 40.45.48 E 140.32.37) 公園駐車場をご利用ください
地図	上級者(詳細は別記) [狼野長根] 2017年作成 ニューマップ、ニューテレーン JSOM2007 準拠 A4判 縮尺 1:10,000 等高線間隔 5 m 走行度 4段階表示 インクジェットプリンター印刷 耐水加工済 年少者、初級者、グループ等(詳細は別記) [狼野長根公園] 2017年作成 JSSOM2007 準拠 A4判 縮尺 1:5,000 等高線間隔 2.5m 走行度 4+1 段階表示 インクジェットプリンター印刷 耐水加工済
スタート 開始時刻	10:00~(事前指定) 10:15~(当日・グループ)
当日申込み 受付時間	9:00~10:30(変更しました)
J-入設定者	田中 徹

■ 交通

1. 五所川原市内から

弘南バス青森・矢田前行にて乗車25分、「狼野長根」バス停下車(レストハウスはバス停前)。※国道横断にご注意ください。

2. 青森市内から

弘南バス五所川原駅行乗車45分、「狼野長根」バス停下車。※公共バス(弘南バス)時刻は本プログラム末ページを参照ください。

3. 東北自動車道から

「浪岡IC」より国道7号を青森方面に進み、国道101号を五所川原方面に約5kmで狼野長根公園レストハウス前。レストハウス近接の狼野長根公園駐車場をご利用ください。駐車場は無料です。

4. 大会会場直通バス「五所川原駅」発「市内ホテル」経由大会会場直通

五所川原駅発 8:45 発→ホテルサンルート 8:49→ホテルサンルートパティオ 8:53→パークイン五所川原エルムシティ 9:00→ミドル会場 9:15 着の大会会場直通バスを運行します。直通バスは、事前予約制です。

直通バス利用申込は、メールで大会事務局へお願いします。なお、先着55名までとさせていただきます。予約成立された方には受付票をメールにて返送します。バス乗車の際、係に受付票をお見せください。料金(700円)は会場でお支払いください。

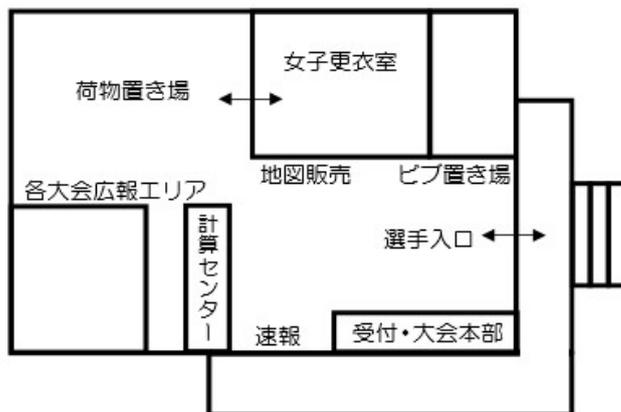
■ 競技会場 [10月8日(日) 開場 8:30]

- 会場は大変狭いのでレストハウス内は荷物の置き場として利用し、参加者の待機場所は原則、屋外としてください。
- 女子更衣室はレストハウス内事務所をご利用ください。
- トイレはレストハウス隣のほか、公園内にあります。きれ

いに使用するよう心がけて下さい。

4. 会場周辺には、コンビニエンスストアがありません。五所川原市内のコンビニエンスストアをご利用ください。

5. 狼野長根公園内のトイレ、水飲み場で洗濯、靴の泥落とし等は厳禁です。



■ 競技の流れ

1. 受付(事前申込者)

・事前申込者は受付を通る必要はありません。会場にナンバーカード袋が入ったカゴがありますので、ご自分の名前の入った袋をお持ちください。袋にはナンバーカード・バックアップラベル・レンタルE-card・申込不備通知(対象者のみ)が入っております。各自でご確認ください。

・安全ピンは各自でご用意ください。無い場合は、受付にて100円で購入できます。

・位置説明はスタートで配布します

2. 受付(当日参加申込み)

・当日参加申込みの受付時間は9:00~10:30です。

・当日参加申込用紙に必要な事項を記入していただき、受付にてお申し込みください。参加費のお支払い後にE-card・ナンバーカード・バックアップラベル・安全ピンをお渡しします。その際にスタート時刻もお知らせします。マイE-cardはご使用になれません。

・当日クラス情報と参加費は以下のとおりです。いずれのクラスも年齢・性別の制限はありません。OPL,OPSクラスの表彰はありません。

クラス	レベル	参加費
OPL 当日個人上級	M50 レベル	2,500 円
OPS 当日個人中級	W20 レベル	2,500 円
グループ	1 人目 500 円 2 人目以降は一人あたり 200 円加算	

・各クラスとも定員(10人)がありますので希望のクラスに出場できない場合があります。あらかじめご了承ください。

・参加費にはE-cardレンタル料を含みます。

3. スタート地区まで

【スタート1：上級者】

M21E,W21E,M21,M35,M50,M65,M18,M20

W21,W35,W50,W65,W18,W20,OPL,OPS

・スタート地区までテープ誘導 100m(2分)

・**交通量のある国道を横断します。十分気をつけて横断してください。**

・ウォーミングアップは、駐車場内で行ってください。

【スタート2：年少者・初級者・グループ】

M15,M12,MBL,MBS,W15,W12,WBL,WBS
 県高校男子,県高校女子,県中学男子,県中学女子,
 県小学男子,県小学女子,グループ

- スタート地区まで緑テープ誘導 100m (2分)
- ウォーミングアップは、駐車場で行ってください。

4. スタート 閉鎖時刻 11:45

- E-card・ナンバーカードがない方の出走はできません。
- スタート地区の時計は現在時刻を表示します。参加者の氏名による呼び出しは行いません。
- 出走者はあらかじめスタート地区に設置されているアクティベートユニットにE-cardをセットし、ユニットの赤色ランプが点滅することを確認してください。点滅しない場合は役員に申し出てください。E-cardを交換いたします。
- 各自スタート時刻の3分前になりましたら、3分前待機枠に入って役員によるE-card番号の確認を受けてください。
- スタートチャイマーは1分サイクルで作動します。
- チャイマーのブザーに従い1分ごとに1枠進んでください。
- 2分前枠に進んだら、各自出場するクラスの位置説明をお取りください。
- 1分前枠では出場クラスの印刷された地図をとってください。

地図はスタートまで見ないでください。

- スタート5秒前のブザーでスタートユニットにE-cardをセットし、スタートブザーの合図と同時にE-cardをユニットから離し、スタートしてください。
- スタート地区からスタートフラッグ(オリエンテーリングの開始地点)までは赤白テープ誘導です。
- 遅刻者は役員に口頭で申告してください。正規時刻にスタートするほかの競技者に影響を与える恐れがある場合、すぐにスタートできないことがあります。遅刻の場合、競技所要時間はあらかじめ指定されたスタート時刻から起算して算出されます。

5. テレインプロフィール

津軽山地の南端に位置する丘陵地で、地形は比高25mから75m程度の尾根と沢で形成されている。積雪の多い地域であり沢低地にはミスバショウが自生する湿地が見られ、財産区として入念に手入れされている林はスギやアカマツのほか、新たにヒバが植林されていて、明るい広葉樹林も分布している。これらの林の走行度には明確な差がみられる。財産区管理のための林道が整備されている一方で小道はほとんどない。特別天然記念物のカモシカが生息しており、レース中に出会えるかもしれない。またテレインの随所から名峰岩木山を望むことができる。



6. ミドルディスタンス地図記号凡例

狼野長根 (上級者)

本O-MAPの特殊記号凡例

x	石碑・小さな建物・遊具
x o	水のみ場、目立つ樹木
x	目立つ倒木・切株・木の根
x	小さなテラス

記号凡例 (抜粋)

— • —	土塁、小さなこぶ、細長いこぶ
v v	小凹地、穴
	渡れない湿地、池・沼
	荒地・伐採地、開けた土地
	まばらに木の生えた開けた土地
	耕作地、果樹園・樹木畑(立入禁止)
	民家の敷地(立入禁止)
	下生え：走行可能、走行困難
	立入禁止区域

地図記号のうちJSOM2007の記号「407下生え：走行可能」及び「409下生え：走行困難」は、ISOM2017により表記されています。オリジナルの記号表記と比較して密なハッチ表現となります。地図の表示状態は競技会場の公式掲示でご確認ください。

狼野長根公園 (年少者・中級者)

	立入禁止区域
	自動車の通行する舗装区域(道路・駐車場)
	舗装区域(広場)
	舗装された歩道、遊歩道・砂利道
	小径、不明瞭な小径
	階段、橋
	通過不能な柵(通過禁止)、通過可能な柵
	通過できない建物、通過できる建物・大きな遊具
x o	大きなベンチ・遊具・祠、記念碑
x o	水飲み場、池(通過不能な水域)、湧水点・水路
• •	小さなこぶ、小さな細長いこぶ、小さな土塁
v v	小凹地、穴、小さなきれつ
	通過不能ながけ
• x	目立つ小さな藪・目立つ樹木、切り株
	民営施設・住宅地・花壇(立入禁止)
	開けた土地(広場・芝地)
	まばらに木の生えた開けた土地
	荒地・草地・伐採地
	果樹園(りんご畑)

7. クラス・コース・優勝設定時間

クラス	距離(登距離)	優勝設定	位置説明サイズ	人数
M21E	4.4 (260)	35分	130×60	15
M21	3.6 (220)	33分	120×60	92
M35	3.4 (200)	35分	120×60	12
M50	2.8 (180)	35分	110×60	23
M65	2.4 (165)	35分	100×60	17
M20	2.8 (210)	30分	110×60	20
M18	2.8 (210)	33分	110×60	1
MBL	3.3 (120)	30分	120×60	6
MBS	2.1 (75)	30分	110×60	3

W21E	3.4 (200)	35分	120×60	17
W21	2.8 (180)	35分	110×60	25
W35	2.4 (165)	35分	100×60	4
W50	1.8 (95)	33分	100×60	4
W65	1.8 (95)	35分	100×60	6
W20	1.8 (95)	30分	100×60	9
W15	2.1 (75)	30分	110×60	1
W12	1.2 (45)	25分	80×60	1
WBL	3.3 (120)	35分	120×60	1
G	2.1 (75)	30分	110×60	2
県中男	2.1 (75)	30分	110×60	1
県高男	3.3 (120)	30分	120×60	27
県高女	2.1 (75)	30分	110×60	3

8. コントロール

- ・コントロールは1番から指定された順番で通過してください。
- ・コントロールに着いたらコントロール付属のユニットにE-cardをはめ込んでパンチしてください。
- ・誤ってパンチした場合、その後に正しいコントロールを順にパンチすることで競技が正しく行われたことが確認されます。コントロールを飛ばしてパンチした場合は、飛ばしたコントロールから改めて正しい順にパンチしてください。

9. 第2日目の競技に関する注意事項

- ・ルートを選択により藪や枝葉の繁茂する部分を通過する場合があります。安全のため長袖長ズボンの着用を推奨します。
- ・**ホイッスル・熊鈴を携行することを推奨**します。
- ・給水所は設けません。
- ・狼野長根公園には一般の利用者がおります。裸体でうろついたり、風紀を乱すような行ないがないように心がけて下さい。
- ・ミドルディスタンス競技では、シューズに対する制限は設けません。

10. フィニッシュ

閉鎖時刻 12:55

- ・最終コントロールからフィニッシュまで**赤白**テープ誘導です。
- ・パンチングフィニッシュ形式です。計時線上のフィニッシュユニットにE-cardをはめ込んだ時刻がフィニッシュ時刻となります。
- ・ユニットは2個設置されていますがどちらを使用しても有効です。
- ・上級者のフィニッシュ1から会場まで白テープ誘導 700mです。途中、主要道路の横断に十分に注意してください。
- ・年少者、初級者、グループのフィニッシュ2は会場駐車場のすぐ近くです。
- ・フィニッシュ後、役員の指示に従い、会場レストハウスの計センターで通過確認を受けてください。レンタルE-cardは、ミドルディスタンス終了後、回収します。
- ・競技に用いた地図の回収はいたしません。競技前の参加者に地図を見せたり、コースの情報を与えたりしないよう責任を持って管理保管してください。
- ・フィニッシュでは調査依頼・申告等を受け付けません。本部にお申し出下さい。

・競技が完了していない場合もフィニッシュ閉鎖時刻までにフィニッシュを通過してください。

・競技途中で棄権する場合、E-cardをフィニッシュに提出してください。これができない場合、何らかの方法で大会本部に棄権する旨の連絡をしてください。

(大会電話 090-9034-4084：幸山)

11. 成績・表彰・地図販売

- ・成績速報は会場に逐次掲示を行います。
- ・成績データを的場洋輔氏のラップセンターに掲載いただく予定です。<http://matoba.dip.jp/lapcenter/index.jsp>
- ・各クラスの男女それぞれ上位3名を表彰します。準備が整い次第、表彰式を開催し賞状をお渡しします。本部へお越してください。
- ・青森県下在住・在学者の大会第2日目ミドルディスタンスの成績で、青森県学生OL選手権として別途3位まで表彰します。
- ・競技地図は大会受付にて、13:30(予定)より販売します。いずれも数に限りがありますのであらかじめご了承ください。
- 全コントロール図 300円、コース図 200円。

第2日目 10月8日(日) イベント3 TempO	
競技形式	TempO
開催地	青森県五所川原市持子沢
集合場所(会場) 駐車場	狼野長根公園レストハウス「ワドナ」 (N 40.45.48 E 140.32.37) 公園駐車場をご利用ください
地図	[狼野長根公園] 2017年作成 JSSOM2007準拠 縮尺 1:5,000 等高線間隔 2.5m 走行度 4段階表示 インクジェットプリンター印刷
競技開始時刻	12:30~(予定)
受付時間	12:00~(予定)
J-1設定者	田中 徹

1. 参加費は500円です。
2. コントロールカード上段に氏名と所属を記入して待機場所1で役員の誘導を待ってください。
3. テンポ競技は3ステーション、1ステーションあたり4回の設問があります。1ステーションあたりの制限時間は2分です。回答方法は口頭のみです。誤った回答1つに30秒が加算されます。3ステーションの全所要時間+全加算時間が成績となります。
4. 1つのステーションに6つのフラッグが設定されています。左からA(アルファ)、B(ブラボー)、C(チャーリー)、D(デルタ)、E(エコー)、F(フォックストロット)となります。Z(ゼロ:設問の位置にはフラッグがない)が使われる場合があります。本日の口頭回答はエイ・ビー・シー・デー・イー・エフ・ゼットでもOKです。
5. ステーションでは役員にコントロールカードを役員に渡し、椅子に腰掛け指示に従って競技を開始してください。各設問の回答は1回だけで言い直しはできません。次のステーションでは待機場所に留まり、競技は役員の指示に従ってください。

6. 3つのステーションすべての競技が完了したら、自分で回答と所要時刻をコントロールの下段に書き写し、上段部分を切り取って本部に提出してください。

7. 本部で正解表をお渡しします。他の人に見せたり、結果を声に出したり、ステーションに近づいたりしないでください。他の競技者の邪魔にならないように注意しましょう。

交通情報

新幹線・飛行機接続時刻表は、最終ページをご確認ください。

大会会場直通バス時刻表

◆10月7日（土）青森市内→スプリント会場（予約制）

青森駅	11:20 発	
新青森駅	11:40 着 12:00 発	揃い次第出発予定
スプリント会場	12:40 着	

青森駅乗車場所

- ・青森駅東口
貸切バス乗り場へ

駅ビルラピナ側駅前
公園、駅前交番近く



新青森駅乗車場所

- ・東口バス乗り場⑥⑦予定



◆10月8日（日）五所川原市内→ミドル会場（予約制）

五所川原駅	8:45 発	
ホテルサンルート	8:49 発	道路を渡って
ホテルサンルートパティオ	8:53 発	お待ちください
パークイン五所川原	9:00 発	ホテル前
ミドル会場	9:15 着	

五所川原駅前バス乗り場
写真のバスが停車している
場所を予定



自家車で遠征なら「東北観光フリーパス（ETC車限定）」

・東北観光フリーパスを利用すると、東北地方の高速道路が額で最大3日間乗り放題です！利用可能日は、平成29年8月22日（火）～12月25日（月）のうち連続する最大2～3日間。この大会の遠征にはぴったりです！事前申し込みが必要です。

詳しくは、NEXCO 東日本ホームページ「ドラぷら」をご覧ください。

http://www.driveplaza.com/trip/drawari/2017_tohoku_cam/

観光情報

1. 五所川原市内

◆立佞武多の館

大型の立佞武多（高さ22m）を制作し保管しているほか、お土産コーナーやレストラン、体験学習室などがあり、五所川原に来た際は立ち寄り必須の観光施設です。入館料大人600円。五所川原駅から徒歩5分。

祭りの際、立佞武多が練り歩く道は、電線が道路を横断していません。新内に宿泊される方は、空を見上げてみてください。

<http://www.tachineputa.jp/>



◆日本最古のリンゴの木（つがる市柏）

明治11年（1878）に栽植されたりんご樹のうち、現存する「紅綾」2本、「祝」1本が青森県天然記念物に指定されています。現在でも果樹が収穫できます。



◆エルムの街ショッピングセンター

エルムの街（エルムのまち）は、五所川原市にある複合型大型ショッピングセンター。キテナントはイトーヨーカドー五所川原店。地域住民からは「エルム」と呼ばれ親しまれています。

<http://www.elm-no-machi.jp/>

・津軽ラーメン街道

エルムの街 2 階にあるラーメンテーマパーク。全国の有名店が期間限定で出店しています。

<http://www.elm-no-machi.jp/ramen/>

・生本マグロを食べたい

エルムの街 1 階にある新鮮市場内の「鱈ヶ沢魚河岸かさばう」では、青森県西海岸で水揚げされた新鮮なお魚を購入することができます。仕入れの状況によっては、深浦沖で取れた新鮮な本マグロが店頭に並びます。リーズナブルなお買い物ができますよ。新鮮市場は、ホテルパークイン側にあります。

2. 五所川原から北へ向かう

◆津軽鉄道全線開業88周年記念「一日フリー乗車券」

お得な「一日フリー乗車券」を利用して、太宰のふるさと「金木」や奥津軽中里へ行ってみませんか？津軽鉄道の駅では、無料レンタルサイクルもあります。

発売日（発売日当日限り有効です）

9月22日（金）23日（土）24日（日）30日（土）

10月1日（日）7日（土）8日（日）9日（祝月）

金額 大人880円 小児440円



<http://tsutetsu.com/>

◆太宰治の生家「斜陽館」太宰ミュージアム

太宰治記念館「斜陽館」は、太宰が生まれる2年前の明治40年(1907)、父・津島源右衛門によって建てられた豪邸です。和洋折衷・入母屋造りの建物は、米蔵にいたるまで青森ひばが使用され、どっしりした重厚感が特徴となっています。国の重要文化財建造物に指定され、明治期の木造建築物としても貴重な建物です。

五所川原駅から津軽鉄道を利用金木駅まで約25分。金木駅から徒歩10分。斜陽館向かいには、物産館「マディニー」では、金木特産の馬肉や太宰らうめんを食することができます。



「マディニー」は、津軽弁の「までえにィ」から名付けられています。さて、津軽弁の「までえにィ」とはどんな発音で意味なんでしょうか？ぜひ、今大会でネイティブ津軽人をつかまえて、その発音と意味を聞いてみてください。

例文「こどしの準備も、たげだばまでにやっておん」

太宰ミュージアム：<http://dazai.or.jp/>

マディニー：<http://www.madeny.jp/>

◆竜飛周辺

国道339号線を北上。五所川原市内から車で1時間50分(70km)。

・青函トンネル記念館

本州と北海道を結ぶ世界最長の青函トンネル。この一大事業を記念して建てられた記念館は、トンネル内の様子や完成までを立体模型や映像、パネル等で紹介しています。

<http://seikan-tunnel-museum.com/>

・竜飛崎

津軽半島の最北端。北海道を見渡すことができます。竜飛崎は「津軽海峡・冬景色」の歌詞の一節に唄われていることでも知られています。また、竜飛岬に向かう三厩は、源義経北行伝説の舞台の1つであり、義経ゆかりとされる寺社などがあります。

http://www.town.sotogahama.lg.jp/k_spot.html

・階段国道

竜飛崎周辺の国道339号線の一部区間は、階段と歩道で構成された車両通行不能区間があります。「階段国道」と呼ばれています。全長388.2m、段数362段、標高差は約70m。

http://road.uroneko.com/nr339kaidan_01.htm

◆高山稲荷神社（つがる市牛湯町）

高山稲荷神社は、五穀豊穡、海上安全、商売繁盛の神様として青森県第一の霊験あらたかな神社です。ここの信仰には農業・商業・工業・漁業・家内安全・病気平癒・道中守護・憑物落とし等多様多彩のものがあり、地元を始め遠方の人々の力もあって神社は支えられてきました。またここでしか見ることのできない千本鳥居はとてもインパクトがあり、一見の価値があります。国道339号を北上し、県道2号を稲垣・車力方面へ五所川原市内から車で45分(25km)。



<https://retrip.jp/articles/41962/>

3. 五所川原から西へ向かう

◆フサかわ犬「わさお」に会う

わさおは、青森県鱈ヶ沢にある焼きイカ店「七里長浜きくや」商店の番犬。生干しのイカを焼いた「焼きイカ」は絶品です。国道101号を西に向かう。五所川原市内から車で35分(20km)。



<http://okutsugaru.com/shichoubetu/ajigasawa/wasao.html>

◆なおじろうチャンポン

民宿・食堂「なおじろう」が提供する海の幸がどっさり入ったラーメンです。塩味1296円、みそ味1404円。

<http://naojiro.ftw.jp/u43984.html>

4. 五所川原から南へ向かう

◆竹浪酒造店（北津軽郡板柳町 板柳駅徒歩圏内）

竹浪酒造は、江戸初期・正保年間(1644～1647)に越前敦賀国から十三湊に至り、岩木川を遡って『板屋野木村』（現板柳町）で造酒を開くと『津軽古今偉業記』に伝えられている、津軽最古の酒蔵です。酒蔵見学は、事前問い合わせが必要です。

救急当番医

夜間・休日救急病院案内

五所川原市消防本部 電話 0173-34-4999

つがる総合病院

場所：青森県五所川原市字岩木町 12 番地 3

電話：0173-35-3111

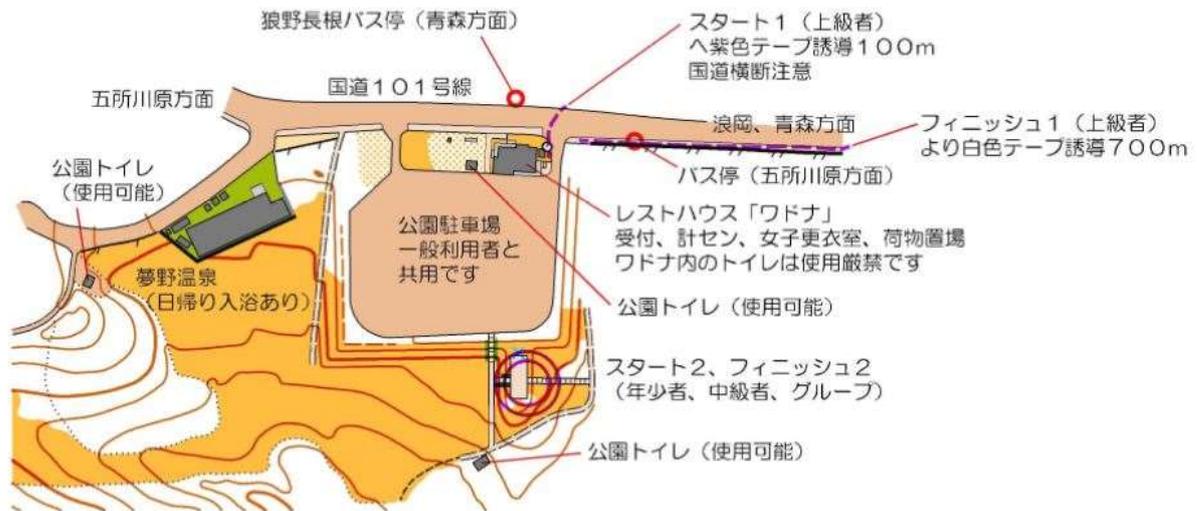
案内地図

◆スプリント会場周辺地図



◆ミドル会場周辺地図

ミドル会場(狼野長根公園)案内図



◆新幹線・飛行機接続交通案内

青い森狼野長根大会

公共交通機関時刻表

東北新幹線 はやぶさ1号 東京発6:32	東北新幹線 はやぶさ3号 東京発7:36	東北新幹線 はやぶさ5号 東京発8:20
JAL141便	↓	↓
羽田発7:40	↓	↓
JAL2151便	↓	↓
伊丹発7:55	↓	↓
FDA361便	↓	↓
小牧発7:05	↓	↓

【バス時刻表】弘南バス 青森～五所川原線

	青森駅 9番バス停	7:13	8:13	8:53	10:23	10:53	11:23	12:23	13:53	15:23	16:23	土曜日・日曜日
青森空港から空港バス乗継→	新青森駅 南口バス停	7:30	8:30	9:10	10:40	11:10	11:40	12:40	14:10	15:40	16:40	
東北新幹線→	狼野長根	8:01	9:01	9:41	11:11	11:41	12:11	13:11	14:41	16:11	17:11	
ミドル会場→	五所川原営業所	8:16	9:16	9:56	11:26	11:56	12:26	13:26	14:56	16:26	17:26	
スプリント会場→	五所川原駅	8:35	9:40	10:15	11:45	12:15	12:45	13:45	15:15	16:45	17:45	

	五所川原駅	6:40	7:20	8:00	9:00	10:00	11:30	12:00	13:00	14:00	15:00	15:30	16:30	土曜日・日曜日
スプリント会場→	五所川原営業所	6:49	7:29	8:09	9:09	10:09	11:39	12:09	13:09	14:09	15:09	15:39	16:39	
ミドル会場→	狼野長根	7:05	7:45	8:25	9:25	10:25	11:55	12:25	13:25	14:25	15:25	15:55	16:55	
東北新幹線→	新青森駅	7:41	8:21	9:01	9:57	10:57	12:27	12:57	13:57	14:57	15:57	16:27	17:27	
青森空港への空港バス乗継→	青森駅	7:57	8:37	9:17	10:13	11:13	12:43	13:13	14:13	15:13	16:13	16:43	17:43	

青森駅⇄狼野長根 930円
青森駅⇄五所川原 1090円
五所川原駅⇄狼野長根 740円

新青森駅⇄狼野長根 930円
新青森駅⇄五所川原 1040円

東北新幹線 はやぶさ22号 新青森13:52	東北新幹線 はやぶさ24号 新青森14:38	東北新幹線 はやぶさ26号 新青森15:52	東北新幹線 はやぶさ28号 新青森16:38	東北新幹線 はやぶさ30号 新青森17:22	東北新幹線 はやぶさ32号 新青森17:44
		JAL148便 羽田行17:00		JAL2158便 伊丹行18:20	JAL150便 羽田行20:25 FDA368便 19:50小牧行