

108 は除夜の鐘だけじゃない

煩惱滅除 108 歩練習会

～ 煩惱を滅したければ 108 コントロールを回しましょう～



日時： 2008.10.19(日) 雨天決行・荒天中止

会場： 埼玉県滑川町 国営武蔵丘陵森林公園

当日は入場料無料の日です

主催： 実行委員長 皆川美紀子 (みちの会)

イベントアドバイザー 安田太郎 (OLP兵庫)

宴会委員長 花木睦子 (トータス)

共同開催：第21回埼玉県民オリエンテーリング大会

<http://www.orienteering.com/~saitama/new/20081019kenmin.html>

アクセス

- 公共機関： 1) 電車 東武東上線「森林公園駅」下車
「バス(公園西口経由)熊谷行」、又は「立正大学行」にて、森林公園西口下車
2) 電車 JR 高崎線「熊谷駅」下車
「森林公園駅行」バスにて約 35～40 分、森林公園西口下車
- 自家用車： 関越自動車道「東松山 IC」から熊谷方面へ約 10 分 駐車場あり(有料)

詳細は、森林公園 WEB のアクセスのページをご確認ください。

<http://www.shinrin-koen.go.jp/info/index.html>

会場情報

- ・ 国営武蔵丘陵森林公園は、開場 9:30、閉館 17:00 となっています
- ・ 西口から大会受付までピンクテープ誘導 徒歩 5 分
- ・ 会場は青空会場となっています
- ・ 公式掲示板を設置します、参加者は必ずご確認ください
- ・ トイレ、売店は公園内・会場付近にございます。ご利用ください
- ・ 女子更衣用テントを設置します(県民大会共用)
- ・ 喫煙は指定された場所以外ではしないでください。火気の使用も禁止します。

競技者の流れ

タイムスケジュール

- 09:30 森林公園開場
受付開始
- 10:00 スタート開始
- 11:30 受付終了
- 12:00 スタート閉鎖
- 14:00 関門閉鎖(108 ポコースのみ)
- 15:30 ゴール閉鎖
- 17:00 森林公園閉館
抽選会 ゴール後随時

当日の流れ

- 1) 森林公園西口から入場し、ピンクテープ誘導にて会場まで徒歩5分
- 2) 受付にて参加費を払い、コントロールカード(CC)、ゴム紐、マップを受け取ってください。
また、当日参加の方は受付に申し出てください。
CCには、氏名(フルネーム)と所属を記入してください!
- 3) スタートは各自で決めてスタートしてください。
スタート時に、必ずタイムスタンプにてCCへスタート時間を刻印してください。
- 4) 順番どおりにコントロールを回り、CCには順番どおりにパンチを押して下さい。
押し間違え、番号がズレた場合は、ゴール時に申告してください
申告がなければ失格となりますので御注意ください
- 5) 関門を制限時間内に通過してください。
関門に制限時間内に到達しない場合、係員の指示に従い速やかに競技を中止してください。
- 6) ゴール時に忘れず、タイムスタンプにてCCへ刻時してください。
ゴール時間は、CCに刻印された時間となります。
- 7) 役員にCCを渡し、ペナチェックを行ってください。
- 8) 完走証明書受け取り、および抽選くじに挑戦してください。
- 9) アンケートを記入し、受付に提出してください。
- 10) 閉門(17:00)前に退出ください。
撤収お手伝い募集しています。運営役員にお声掛けください。

受付 9:30 ~ 11:30

受付にて参加費を払い、コントロールカード(CC)、ゴム紐、マップを受け取ってください。

マップはスタートするまで見ないでください。

当日参加を考えている方はお早めに来場するようお願いいたします。

	事前申し込み	当日申し込み
108ポ	1500円	2000円
ミドル	1000円	1500円
スプリント	1000円	1500円

スタート 10:00 ~ 12:00

- ・ スタート地区は会場内にあります。
- ・ スタート時に必ずタイムスタンプで CC裏面 に時間を刻時してください

- ・ タイムスタンプはゴールと共通の為、ゴールの方を優先してください
- ・ プレスタート(スタート地区)からスタートフラッグ間は赤白テープ誘導となっています。
県民大会と同一方向・テープ誘導を共有している為注意してスタートフラッグを見つけてください。
108ポ練習会のスタートフラッグは牛乳ポストです。

ゴール ~ 15:30

- ・ ゴール~会場間は赤白テープ誘導となっています。
- ・ ゴールの際、必ずタイムスタンプでCC裏面にゴール時間を刻時してください。
- ・ タイムスタンプはスタートと共通となっています。注意して使用してください。

関門について(108ポコースのみ) ~ 14:00

- ・ 108ポコースは競技者の安全確保の為、**55番**ポスト後に関門を設けます。
- ・ 14:00までに通過できない方は係員の指示に従い、会場へ戻るようお願いいたします。
関門にて係員が警告いたします。

給水について

- ・ 給水としてペットボトルを数箇所設置します。地図上には表記していません。
- ・ 給水はなくなる恐れがあるため、水と行動食をもつことを推奨します。
- ・ 会場内には、水道、売店、自動販売機が多々あります。利用して下さい。

アンケートについて

ゴール後にアンケートをご記入し、受付に提出してください。
アンケートに御協力いただいた方に粗品を差し上げます。よろしくお願いいたします。

速報・表彰・抽選会について

- ・ ゴール後に参加賞&努力賞として、くじ引き抽選を行います。
- ・ 108ポコースを完走された方皆様に完走証明書を発行いたします。
- ・ 表彰はいたしません。108ポコース上位男女3名に賞品を郵送させていただきます。(予定)

競技情報

地図情報

「森林公園」 等高線間隔5 m 通行可能度4段階表示

	縮尺	マップの大きさ
108 ポ	1/10000	B4
ミドル	1/10000	A4
スプリント	1/5000(□1/10000 の地図を拡大印刷したものです)	A4

事前申込者は地図ビニ封入済み、当日申込み者は封入していない場合がございます。地図ビニは用意いたしますので、各自で封入してください。

競技形式

- ・ ポイント OL (108 ポスト、ミドル、スプリント×2 本)
- ・ パンチチェック方式 ニューコントロールカード使用予定
必ず順番どおりに回ってください。順不同でのパンチは失格です。
- ・ スタート方法 フリースタート タイムスタンプ方式
- ・ ゴール方法 タイムスタンプ方式
タイムスタンプにて、スタートおよびゴール時刻を刻印します
(使用方法は会場で確認下さい)。

コース距離

コース名	コース距離	コントロール数
108ポ・煩惱滅除コース	16.7 km	108
ミドル	5.1 km	22
スプリント1	2.6 km	13
スプリント2	2.8 km	12

テレインプロフィール

公園は南側と北側に分かれ、スプリント・ミドルコースでは北側のみ、108ポコースでは北側・南側

を使用する。園内は公園とは言え発達した尾根があり、園内道路と小道がそれに沿うように存在している。また、部分的に微地形の存在する地帯があり、ファインな直進を要求する。またトレインの性格上、隣接コントロールも多数存在し、アタック時に惑わされないよう注意も必要である。通行可能度はA:B:C:D = 4:3:2:1であるが、下草や倒木により走りにくい場所も多い。

競技上諸注意

- ・ シューズの規制は特にありません
- ・ 一部下草が発達している地帯があるため長袖・長ズボンを推奨します
- ・ 立ち入り禁止には進入しないよう十分注意をしてください。
- ・ 特に、公園南側では、ロープ策内は、野草保護のため立入りを禁止しています。一部、地図上に記載が無い場合がありますので、十分注意をしてください。
- ・ コース上には多数サイクリング道路があります。サイクリング道路を走行・横断した場合は失格となります。横断可能箇所を通行してください。
- ・ 埼玉県民大会と近接コントロールが存在するエリアがあります。注意して下さい。ポストが異なります。

本練習会特別事項

牛乳ポストについて

- ・ 牛乳パックで作成したポストを使用します。
- ・ ポスト番号はポスト左上の数字になります。確認して、正しく回ってください。



コントロールカードについて

- ・ 108 ポコースは特製コントロールカードを使用します。
- ・ ミドル・スプリントも同じコントロールカードを使用します。

- ・パンチの押し間違えをした場合、108以降の欄に押しなおしてください。その旨ゴール時にお知らせください。順番間違えはゴール時に申告をしなければ、ペナとさせていただきます。



タイムスタンプについて

競技時間測定のためタイムスタンプを使用します。

スタート時

コントロールカードの裏面にタイムスタンプにて時刻を印字する

ゴール時

コントロールカードの裏面にタイムスタンプにて時刻を印字する。

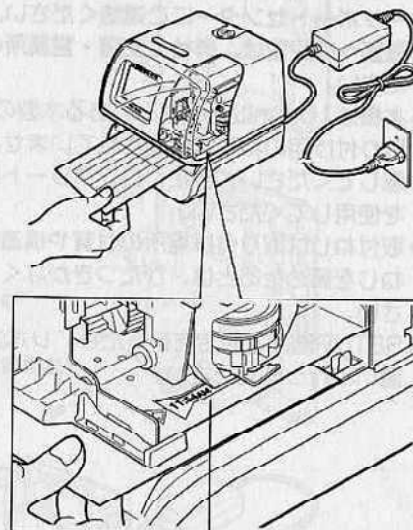
注意事項

2回目の印字をするときに、最初の印字と重ならないようにしてください。



印字窓から印字位置を確認しながら、用紙を図のように挿入します。

→アクリル製ガイドシートのオレンジ色の枠内に印字されます。



ガイドシート

諸注意

- ・ ゴミは持ち帰りましょう。
- ・ 野草などを採取したり、踏み荒らしたりしないでください。
- ・ 怪我をしないよう十分注意してください。
- ・ ご来場者の方々に迷惑をかけないようにしてください。
特に、子供が多いので衝突事故のないよう注意をしてください。
- ・ 大会運営側で保険に加入します。
- ・ 正式な結果は後日 WEB でのみ公開します。

問い合わせ

皆川美紀子 E-mail : mikikomina■hotmail.com (■ = @)

当日緊急連絡先

埼玉県協会 高村携帯 090 - 4628 - 5039

大会開催前、大会中止確認などの連絡はしないでください！

怪我等の緊急場合は、近くの売店、森林公園役員にお知らせください。

荒天中止の決定について

大会中止の場合は、前日判断が可能なら、前日19時までに。

当日10月19日の6時に大会 Blog (<http://108.calathea.jp/>) に掲載します。

大会 WEB

大会 WEB ページ : <http://neo.calathea.jp/comp/02/index.html>

大会 Blog ページ : <http://108.calathea.jp/>