# 日本トレイルオリエンテーリング競技規則

公益社団法人 日本オリエンテーリング協会

## 目次

1 定義.....3
2 総則.....4
3 競技会の開催.....4
4 クラス.....5
5 参加とその資格.....5
6 経費.....5
7 競技会についての情報.....6
8 エントリー.....7
9 モデルイベント.....8
10 スタートリスト.....8
11 チームオフィシャルミーティング.....9
12 テレイン.....9
13 地図.....9
14 コースとタイムコントロール.....10
15 制限されているエリアおよびルート.....11
16 コントロール位置説明.....12
17 コントロールの設置.....12
18 コントロールカードとパンチ器具.....13
19 装備.....14
20 スタート.....14
21 フィニッシュおよび計時.....15
22 成績.....16
23 表彰.....17
24 公正な競技.....17
25 調査依頼.....18
26 提訴.....18
27 裁定委員.....19
28 上訴.....19
29 イベントコントロール.....19
30 報告書.....20
31 報道関係者へのサービス提供.....20
32 改正.....21
33 附則.....21
付録1 トレイルオリエンテーリングのコース設定の原則.....22
付録2 トレイル0リレー.....30

本規則は、日本国内のトレイルオリエンテーリング競技会について、公益社団法人日本オリエンテーリング協会定款第4条(2)の規程に基づき、制定されたものである。

## 1　定義

1.1　トレイルオリエンテーリング(以下、トレイルOという)は、地図とテレインを読み取る能力を競うスポーツである。競技者は通常、順番通りにテレインに設置されたコントロールを回る。そして、コントロールフラッグ群の中から、与えられた地図とコンパスを使って、コントロール位置説明で定義された地図上の円の中心に位置するものを選択する。その解答は記録される。

1.2　競技者とは、出場を認められた個人あるいはチームをいう。

1.3　競技者が移動に使用できる手段は、次のいずれかである。

- 徒歩
- 手動あるいは電動車椅子
- その他、主催者が認めた移動手段

1.4　競技の形態を、下記のように分類する。

- 競技の開催時刻による分類
  - 昼間（日照下）
  - 夜間（暗中）
- 競技の種別による分類
  - 個人（競技者個人が独立して行う）
  - リレー（2人以上のチームメンバーが連続して個人のコースを行う）
  - チーム（2人以上の競技者個人の記録を合算する）
- 競技結果の決定方法による分類
  - 単一コース競技（1つのコースの結果が最終成績となる）
  - 複数コース競技（1日あるいは複数日で開催される、2つ以上のコースの合計成績が最終成績となる）
  - 予選・決勝競技（競技者は、1つ以上の予選を通じて決勝の参加資格を得る。予選では競技者を別々のヒートに分けることもある。決勝の結果のみが競技成績となる。予選の順位に基づいて、決勝をA決勝、B決勝のように複数の階級に区分してもよい。この場合、B決勝に参加した競技者の順位はA決勝に参加した競技者の後に続く）
- コントロールの通過順序による分類
  - 特定の順序（順番が決められている。いわゆるポイントO）
  - 任意の順序（競技者が自由に順番を選ぶ。いわゆるフリーポイントO）
- コースの形式による分類
  - PreO（プリシジョンオリエンテーリング、プリオー。コースは計時されないコントロールと、少数のタイムコントロールで構成される）
  - TempO（テンポ。コースはタイムコントロールのみで構成される）

1.5　競技会とは、スタート順抽選、チームオフィシャルミーティング、表彰式など、オリエンテーリング大会のすべてのスケジュールを含めて呼ぶ。競技会(全日本大会など)では複数の競技が行われることもある。

1.6　全日本大会は、JOAの主催で日本選手権クラスを設けてトレイルO日本チャンピオンを決する公式の競技会である。公認大会は、JOAが公認するトレイルO大会

である。全日本大会と公認大会は、『トレイルO主催・公認大会等実施基準』に従って開催する。

1.7　イベントアドバイザーは、全日本大会および公認大会を管理するために指名された者をいう。

## 2　総則

2.1　本規則は、国内におけるトレイルO競技会の基準となるものである。全日本大会および公認大会は、本規則を遵守して開催される。

2.2　国際大会(ワールドランキングイベントなど)として開催される場合は、該当するクラスについては『IOFトレイルオリエンテーリング競技規則』が優先される。

2.3　本規則と矛盾しなければ、主催者は追加規定を定めてもよい。それらはイベントアドバイザーの同意を必要とする。やむをえず本規則を逸脱する場合も、イベントアドバイザーの同意を必要とする。すべての追加規定および逸脱事項は、ブリテンで公表する。

2.4　本規則および追加規定は、すべての競技者、チームオフィシャル、および大会組織と関係を持つあるいは競技者と接触するその他の者に適用される。

2.5　競技者、主催者および裁定委員は、本規則を解釈するにあたり、スポーツとしての公平さの保持を第一義としなければならない。

2.6　リレー競技においても、特に断わりがない限り、個人競技の規則が有効になる。

2.7　JOA理事会および所管の委員会は、従うべき規則および基準等を別に定めることができる。以下のものがある。これらを総称して「関連規則類」という。

- 『トレイルO主催・公認大会等実施基準』
- 『公認大会開催に関する規則』
- 『競技者登録に関する規則』
- 『トレイルOイベントアドバイザー資格認定に関する規程』
- 『国際オリエンテーリング地図図式(ISOM)』
- 『国際スプリントオリエンテーリング地図図式(ISSprOM)』
- 『国際コントロール位置説明仕様(ISCD)』
  (『ISOM』、『ISSprOM』および『ISCD』を総称して「地図図式」という)
- 『アンチ・ドーピング規程』

2.8　やむをえず「関連規則類」を逸脱する場合は、イベントアドバイザーの同意を必要とする。「関連規則類」からの逸脱事項は、ブリテンで公表する。

2.9　各競技に関してJOAが定めたガイドラインおよびマニュアルがある場合は、これらを遵守する。大きく逸脱する場合は、イベントアドバイザーの同意を必要とする。

## 3　競技会の開催

3.1　公認大会の開催を申請することができる者は、『トレイルO主催・公認大会等実施基準』で定める。

3.2　公認大会の開催申請は、『公認大会開催に関する規則』に従って行う。

3.3　JOAは、公認大会に公認料を課すことができる。公認料は、『トレイルO主催・公認大会等実施基準』で定める。

3.4　もし公認大会の主催者が、本規則、「関連規則類」、イベントアドバイザーの指示、あるいは申請時に提出した事項を守れない場合は、JOAは競技会の認可を取り消すことができる。この場合に主催者は損害賠償を要求することができない。

3.5　公認大会の開催申請は、『公認大会開催に関する規則』に定める所定の期限までに行う。

## 4　クラス

4.1　競技者は、技能レベルによって該当のクラスに分けられる。競技会においては、これらすべてのクラスを設けなくてもよい。

- Eクラス：技能レベルがエリート級の者
- Aクラス：技能レベルが上級の者
- Bクラス：技能レベルが中級の者
- Nクラス：初心者

4.2　Pre0とリレーでは、4.1項の各クラスを競技者の身体的障害の有無や程度により0クラスとPクラスにさらに分ける。Temp0では0クラスのみとする。

- 0クラス：障害の有無や程度に関係なく、すべての競技者が参加できるクラス
- Pクラス：5.2項の参加資格を満たす競技者について、その成績を障害を持たない競技者と区分し評価するためのクラス

4.3　Pクラスと0クラスが同一のコースで行われる場合、Pクラスの参加者は双方のクラスに参加したものとみなされる。

## 5　参加とその資格

5.1　競技者は、自己の責任において、競技会に参加するものとする。

5.2　Pクラスへの参加資格は、障害のために、移動能力が顕著に低下している者に与えられる。

5.3　健常者の付き添いによる身体的な援助を必要とする競技者は、エスコートを同伴しなければならない。エスコートは原則として競技者自身で手配する。主催者がエスコートを提供しなければならないのは、急な坂の上り下りなど移動が難しい区間のみである。エスコートは、地図読み、コントロールの特定、分析または選択の過程をいかなる形でも援助してはならず、またいかなる競技者の集中も妨げてはならない。

5.4　公認大会のEおよびAクラスに参加しようとする者は、『競技者登録に関する規則』に基づいて競技者登録していなければならない。全日本大会のEクラスに参加できる者は、『トレイル0主催・公認大会等実施基準』による有資格者に限定する。

## 6　経費

6.1　競技会を運営する経費負担は、主催者の責任とする。主催者は、競技会の経費を賄うために、競技会に参加する者(チームオフィシャルを含む)に参加費を課してもよい。参加費はできるだけ低く抑えられるようにし、イベントアドバイザーの同意を得る。複数の競技が行われる競技会では、主催者は競技者に対して、全競技に参加する場合の参加費の他に、各競技への個別参加費を提供しな

ければならない。

6.2　競技会に参加する者は、ブリテン2(大会要項)に記載された参加費を期限までに支払う。主催者は、支払期限を過ぎた場合に参加費の割り増しをしてもよい。

6.3　遅れエントリーや変更は、主催者が対応可能ならば受け付ける。参加費の割り増しをしてもよい。

6.4　競技会場までの移動、宿泊、食事等の経費は、競技会に参加する者の自己負担とする。主催者は、競技の場所まで公式の輸送手段を強制することができる。この場合の経費は参加費に含める。

6.5　イベントアドバイザーの経費については、主催者が負担する。

## 7　競技会についての情報

7.1　公式の情報は、書面で通知しなければならない。緊急の場合およびチームオフィシャルミーティングの質問に応える場合に限り、口頭での通知が認められる。最終のブリテンで公表された情報からの変更点は、いかなるものでも書面で通知しなければならない。

7.2　主催者あるいはイベントアドバイザーからの情報は、ブリテンとして公表されなければならない。ブリテンは文書またはJOA Webサイトからリンクが貼られる形で公表する。

7.3　ブリテン1(開催予告)には、以下の情報を掲載する。

- 大会名
- 主催者、主管者
- 問い合わせ先の電話番号、電子メールアドレス、Webページ
- 開催地
- 期日と競技形態
- 立入禁止区域
- 特記事項

7.4　ブリテン2(大会要項)には、以下の情報を掲載する。

- ブリテン1で提供されたすべての情報
- イベントアドバイザーの氏名
- クラスおよび参加資格
- 正式なエントリーフォーム
- エントリーの締め切りと方法(宛先)
- 参加費
- 参加費の払い込みの締め切りと方法(宛先)
- 提供される輸送手段の説明
- トレーニングに関する情報
- 準拠する「地図図式」
- 地図の縮尺と等高線間隔
- イベントスケジュール
- テレイン、気候、および危険事項の説明
- 身体障害者用の設備
- エスコートの必要性と提供有無
- 必要であれば、競技衣類の注意事項

- 追加規定(ブリテン2の公表時点で決まっているもの)
- 規則逸脱事項(ブリテン2の公表時点で決まっているもの)
- リレー競技、チーム競技においては、チームオフィシャルの最大人数

7.5 ブリテン3(プログラム)には、以下の情報を掲載する。

- エントリーの手続きに関することを除く、ブリテン2で提供されたすべての情報
- 交通案内
- タイムテーブルの詳細
- テレインの詳細、特に移動のしやすさ
- 主催者により提供されるエスコートの詳細
- ナンバーカードおよびコントロールカードの交付方法
- スタートリスト
- すべての追加規定
- すべての規則逸脱事項
- 各競技エリアとフィニッシュ地区の正確な位置
- 競技会場からスタート地区までの距離および所要時間
- 車椅子等を使用する競技者への対応を含めた輸送手段の詳細
- 各コースの距離(辿るべきルートに沿って測る)、登距離、コントロールの数(タイムコントロールのステーションの数と各ステーションにおける課題数を含む)、給水コントロールの数、制限時間
- ゼロトレランス (付録1の3.3.2項やテクニカルガイドライン6.3節を参照)
- アンチドーピングのための必要条件
- 調査依頼の制限時間
- 調査依頼を行う場所
- テレインのタイプを示す最新のサンプル地図
- 競技エリアに以前に作られたオリエンテーリング地図があれば、最新版の高解像度のカラー地図へのリンク

リレー競技、チーム競技においては、以下の情報も掲載する。

- 出走するメンバーの氏名を申請する締め切り
- チームオフィシャルミーティング

7.6 ブリテン4(追加の競技会情報)は、公式掲示板に掲示するか文書を配布する方法で、現地で競技者に提供されなければならない。以下の競技会の最終的な詳細情報を掲載する。

- 裁定委員の氏名
- 隔離ゾーンの場所および競技者・チームオフィシャルがその中に入らなければならない時間
- その他特記事項

7.7 ブリテン1(開催予告)は競技会の6か月前まで、ブリテン2(大会要項)は競技会の2か月前まで、ブリテン3(プログラム)は競技会の1週間前までに公表する。

## 8 エントリー

8.1 競技者は、ブリテン2に従ってエントリーする。少なくとも以下の情報を提出する。

- 競技者の氏名、性別、生年月日、競技者登録番号

- 移動障害の有無
- リレー競技、チーム競技の場合は、チームオフィシャルの氏名

Pクラスに参加を希望する競技者は、少なくとも以下の情報も提出する。

- 車椅子などの移動補助具使用の有無
- 競技会場までの交通手段
- 大会当日の自身で手配したエスコートの同伴有無
- オリエンテーリングおよびトレイル0の経験の有無
- その他、主管者への要望事項

8.2 遅れエントリーは、主催者が対応可能ならば受け付ける。参加費の割り増しをしてもよい。

8.3 競技者は、1つのレースについて1つのクラスにのみエントリーできる。ただし、Pクラスにエントリーする競技者は4.3項が適用される。

8.4 参加費が支払われない場合は、主催者はその競技者またはチームの参加を取りやめさせてもよい。

## 9 モデルイベント

9.1 競技会の最初の競技の前日までに、テレインのタイプ、地図の品質、コントロールの特徴物、コントロールの設置を模擬するモデルイベントを実施することが望ましい。モデルイベントには、タイムコントロール、Temp0のコントロール、給水ポイントおよび誘導区間を含む。

9.2 競技者、チームオフィシャル、JOA役員および報道関係者は、モデルイベントに参加する機会を得る。

9.3 イベントアドバイザーが適当と判断した場合、モデルイベントは競技当日のスタート開始時刻より前に実施してもよい。

## 10 スタートリスト

10.1 インターバルスタートでは、競技者は等しいスタート間隔で一人ずつスタートする。マススタートでは、同一クラスのすべての競技者が、同時にスタートする。リレーでは、チームの第1走者のみがマススタートとなる。

10.2 スタート順は、イベントアドバイザーの承認を必要とする。スタート抽選は、公開の場でも非公開の場で行ってもよい。抽選は手作業で行ってもコンピューターを使用してもよい。

10.3 インターバルスタートにおけるスタート間隔は2分を標準とする。イベントアドバイザーが承認した場合は、スタート間隔を変えることができる。

10.4 スタート順は、クラスごとに無作為に決める。ただし、シード枠を設けてもよい。シードされる競技者のスタート時間間隔は均等になるようにする。また、同一クラブに所属する競技者が連続してスタートしないことが望ましい。

10.5 複数コース競技においては、各クラスとも個々の競技者のスタート時間帯をコースによって変えることにより、競技者全員のスタート時刻に関する条件を等しくすることが望ましい。

10.6 予選・決勝競技では、以下の要件を満たすように、予選のスタート抽選を行う。

- 各ヒートのコースのレベルは可能な限り同等とする。
- 各ヒートの人数は可能な限り等しくする。

10.7　予選・決勝競技において、予選通過順位内での最下位が複数人となった場合は、その全員が決勝に進出する。
10.8　予選・決勝競技における決勝のスタート順は、予選順位の逆順とする。つまり、最も上位の競技者が最後にスタートする。同順位の場合はくじ引きで決める。異なるヒートにおいて同順位だった競技者は、ヒートの番号順にスタートする。したがって最も大きい番号のヒートの勝者が最後にスタートすることになる。

## 11　チームオフィシャルミーティング

11.1　リレー競技、チーム競技では、競技の前日までにチームオフィシャルミーティングを開催する。イベントアドバイザーがミーティングを進行または監督する。
11.2　競技に関する資料(スタートリスト、輸送スケジュール、ブリテン3からの変更点、天気予報 等)は、チームオフィシャルミーティング開始前に公開される。
11.3　チームオフィシャルには、ミーティング中に質問をする機会を与える。

## 12　テレイン

12.1　テレインは、競技性を確保したトレイル0コースを設定するのに適した場所を選定する。
12.2　テレインは、移動が困難な競技者、車椅子を使用する競技者や、内的障害などにより歩行速度が通常より低下する競技者が、安全に競技できる場所を選定する。
12.3　テレインは、どの競技者も不当に優位に立つことのないよう、競技の前に可能な限り長くオリエンテーリングに利用されないようにする。
12.4　テレインが決定し次第、できるだけ早急にテレインへの立ち入りを禁止する。もしそれが不可能ならば、できるだけ早急にテレインの使用についての取り決めを公表する。
12.5　立ち入りが禁止されたテレインに入る必要がある場合は、主催者から許可を得なければならない。
12.6　テレイン内では、自然保護、営林、狩猟 等のすべての権利が尊重されなければならない。

## 13　地図

13.1　地図、コース記号、および追加印刷は、『国際オリエンテーリング地図図式』または『国際スプリントオリエンテーリング地図図式』に準拠して作成、印刷する。ただし、コントロール円の直径は原則として6㎜とする。地図図式から逸脱する場合はイベントアドバイザーの同意を必要とする。
13.2　地図の縮尺は1:5000、1:4000、または1:3000を原則とする。1つの競技では、タイムコントロールを含むすべての地図で同じ縮尺を使用する。
13.3　地図の間違いまたは地図を印刷した後でテレインに変化があり、それが競技会に影響があるのであれば、地図上で修正する。
13.4　地図は水分や損傷に耐えうるものにする。
13.5　もし競技エリアに既存のオリエンテーリング地図があれば、最新版の高解像度のカラー地図へのリンクを競技までにすべての競技者に提供しなければならな

い。

13.6 競技当日は、隔離ゾーンが設けられない場合、主催者が許可するまで、競技者あるいはチームオフィシャルが競技エリアを記したいかなる地図を使用することも禁止する。主催者は地図の使用にさらなる制限を設けてもよいが、これは最終のブリテンで公表しなければならない。

13.7 競技用の地図は、コースを表示するために必要とされる寸法以上に大きくしてはならない。

13.8 Temp0およびPre0のタイムコントロールにおいて、地図の形状は、円形もしくは正方形とする。円形の場合は直径が5cm～12cm、正方形の場合は一辺が5cm～12cmとする。いずれの場合でも、コントロール円は地図の中心に位置させる。すべてのタイムコントロールで使用する地図は、同一形状、同一サイズでなければならない。地図は地図サイズより大きいしっかりした材質のものに固定させる。地図には、競技者が座っているエリアと、コントロールフラッグがあるエリアが含まれていなければならない。

## 14 コースとタイムコントロール

14.1 コース設定に際しては、付録1の『トレイルオリエンテーリングのコース設定の原則』に従う。また、IOFの『エリートトレイルオリエンテーリングのためのテクニカルガイドライン』に準拠する。

14.2 コースはトレイル0の特質にふさわしいもので、競技者にとって詳細な地図読み、地図とテレインとの照合技術、および集中力が試されるものでなければならない。また、タイムコントロールでは意思決定の速度も試される。コースは様々な範囲のオリエンテーリング技術を要求するものでなければならない。

14.3 コース距離は、スタートからフィニッシュまでの辿るべきルートに沿った距離とし、通常は3500mを超えてはならない。

14.4 車椅子を使用する競技者が通行できないような道幅、凹凸、倒木、ぬかるみ等のあるルートは、すべての競技者を立入禁止とし、地図上および/またはテープにより現地に表示する。

14.5 登距離は、ルートに沿った登りの合計をメートルで示す。

14.6 コースでは、14%以上の勾配が20mを超えて続かないようにしなければならない。道の幅方向の勾配は8%を超えてはならない。

14.7 給水所では、少なくとも飲料水を提供する。

14.8 コースにおいて、解答に要する時間を計測する、特別に設けられたコントロールをタイムコントロールという。タイムコントロールを行う場所をステーションという。

14.9 Pre0のコースには、少なくとも1か所のタイムコントロールのステーションを設ける。各ステーションでは少なくとも2問の課題を設定する。ステーションはコースのどこに設けてもよく、BおよびNクラスには設けなくてもよい。Pre0のタイムコントロールでは、いわゆる「正解なし(Z)」を正答とする課題を設定してはならない。

14.10 Temp0のコースには、少なくとも4か所のタイムコントロールのステーションを設ける。各ステーションでは少なくとも3問の課題を設定する。Temp0では「正解なし(Z)」を正答とする課題を設定することができる。

14.11 タイムコントロールで使用する範囲については、競技者がタイムコントロール

に呼ばれる前に予習できてしまうのを防ぐため、競技者用の地図にその地形や特徴物などの情報を表記してはならない。

14.12 タイムコントロールでは、競技者はすべてのコントロールフラッグが視認できる位置に着席する。椅子は左右の最も外側にあるフラッグの中間点に向ける。椅子と外側のフラッグのなす角は120°を超えてはならない。タイムコントロール用の地図には、外側のフラッグの中間点に向けて正置された地図と、その上部に磁北表示、下部にコントロール位置説明が表記される。それを各課題ごとに用意し、表紙とともに順番通りに重ねて地図セットとする。地図セットは競技者に手渡すか、競技者の前に置かれる。地図セットは同一の地図で2種類作成するのが望ましい。ひとつは綴られたもの、もうひとつは綴られていないもので、競技者はどちらの地図セットを使用するかを各ステーションで選択する。

14.13 開始の合図(国際標準例：time starts now)で計時が開始され、競技者は表紙をめくって1枚目の地図を見ることができる。計時には2つのストップウォッチまたは電子機器を使用できる。電子機器の場合、競技者がスタート用の機器をパンチするときの応答信号が、開始の合図と同等に扱われる。

14.14 競技者がそのタイムコントロールでの最終課題を明確に解答した時点で、計時は終了する。解答はボードに表示されたアルファベットを指差すか、またはフォネティックコード(Alpha アルファ、Bravo ブラヴォ、Charlie チャーリー、Delta デルタ、Echo エコー、Foxtrot フォックストロット、Zero ゼロ)による口頭で行う。標準の方法は口頭での解答である。指差しでの解答を希望する競技者は、ステーション到着時にただちに役員に申告しなければならない。役員が競技者の解答を認識した時点で、その解答が記録される。電子機器を使用する場合、競技者がパンチする際に解答と時間の両方が自動的に記録される。

14.15 タイムコントロールの各ステーションの制限時間は、課題数×30秒とする。1か所で2課題までの場合は制限時間10秒前に、3課題以上の場合は制限時間20秒前に役員が警告を行う。合計所要時間と各課題の解答が記録される。

14.16 タイムコントロールでは、競技者は、当該課題の地図を見ている間に解答しなくてはならない。解答前に次の地図を見たり前問の地図を見返したりした場合は、その地図における解答は不正解として扱われる。

14.17 制限時間内に解答がなかったタイムコントロールの課題は、不正解として扱われる。

14.18 ストップウォッチを使用する場合は、2人の役員により計時され、両方の時間が記録されなければならない。時間は、秒未満を切り捨てて記録される。

## 15 制限されているエリアおよびルート

15.1 環境保護のために定められた規則や、主催者からの関連する指示は、競技会に関わるすべての者が遵守しなければならない。

15.2 競技者が通行できるのは、舗装された道や舗装区域のみであり、それ以外の通行可能な場所は、ブリテンおよび地図上に記載される。競技者にとって通行可能であることが不明確な場所では、現地でも表示される。これらの通行可能な場所以外は立入禁止である。さらに、通常は通行可能なルートやエリアも、ブリテンに記載されることにより、また必要に応じて地図上および/または現地

に表示されることにより、立入禁止とされることがある。故意に立入禁止区域に進入した競技者は失格となる。

15.3 競技者が通過することを義務づけられたルート、横断地点および通過地点は、地図上および現地で明瞭に表示しなければならない。競技者は、コース内の誘導箇所は、すべてそれに沿って進まなければならない。

## 16 コントロール位置説明

16.1 テレイン内のコントロールの正確な位置は、地図上の円の中心とコントロール位置説明によって正しく定義されなければならない。

16.2 コントロール位置説明は、『国際コントロール位置説明仕様』に定められた記号の形式で作成する。

16.3 コントロール位置説明のB欄には、各コントロールに設置されたコントロールフラッグの数をアルファベットで示す。(例：「A-C」は、そのコントロールに3個のコントロールフラッグが設置されていることを示す)

16.4 必要に応じて、コントロール位置説明のH欄には、コントロールを見る方向を矢印で示す。(例：「↑」は、競技者がコントロールを北に見なければならないため、円の南のルートを通る必要があることを示す)

16.5 コントロール位置説明とともに、制限時間を地図に表記する。

16.6 コントロール位置説明は、そのコースのコントロール番号順に記載され、地図の表面に貼付または印刷される。

## 17 コントロールの設置

17.1 地図上に示されたコントロールは、コントロールフラッグ群によって地上に明確に示されなければならない。

17.2 コントロールフラッグは三角柱状で、各面は30×30cmの正方形とする。各面を対角線によって二分し、白とオレンジ(PMS165)に色分けする。

17.3 コントロールフラッグは、面積の少なくとも3分の1が、ディシジョンポイントからすべての競技者によって見えるように設置されなければならない。通常、フラッグは地図上の円の中心とコントロール位置説明に一致する特徴物に設置されるが、EおよびAクラスにおいては、その位置にフラッグを設置しない、いわゆる「正解なし(Z)」コントロールを設けてもよい。

17.4 コントロールフラッグは、コントロールごとにすべて地上から等しい高さになるように設置する。

17.5 コントロールに設置されたコントロールフラッグ群の配列順を決めるための、コース上の地点をディシジョンポイントという。ディシジョンポイントはルートに沿った地上に設置されるが、地図上には表示されない。タイムコントロールでは、競技者が座っている場所は地図上になければならないが、地図上に印はつけない。

17.6 ディシジョンポイントは、コースに対応する色にコントロール番号を示した表示板をもって表示する。表示板には、各クラス名を併記してもよい。

17.7 コントロールフラッグは、遠近に関係なく、ディシジョンポイントから向かって左から右にA、B、C、D、E、Fと指定される。

17.8 Pre0のコントロールにおけるコントロールフラッグの数は、1個から5個までとする。Temp0およびPre0のタイムコントロールにおけるコントロールフラッグ

の数は、6個とする。

17.9 安全性に懸念のあるコントロールは、コントロールフラッグが抜き取られたりすることがないように保全措置をとる。

## 18 コントロールカードとパンチ器具

18.1 競技者の解答方法は、IOFが認めた電子パンチシステム、または従来のトレイル0用コントロールカードおよびピンパンチを使用する。

18.2 コントロールカードを使用する場合、コントロールカードは次の仕様を満たさなければならない。

Pre0:

- 耐久性の破れない素材で作られていること
- それぞれのパンチ欄の一辺の長さが13mm以上であること
- 2枚1組で、重ねてパンチすることで複製が作られること

Temp0:

- 複製が作られること

18.3 コントロールカードを使用する場合、コントロールカードはフィニッシュで役員に提出し、2枚目が控えとして競技者に返される。

18.4 コントロールカードを使用する場合、競技者は、コントロールカードを補強したり、ケースに入れて保護したりしてもよいが、切り離したり、損傷させたりしてはならない。

18.5 Pre0では、競技者はディシジョンポイントの少し先にあるパンチで自分の解答を記録する。コントロールカードを使用する場合、主催者はピンパンチを設置しなければならない。競技者自身のピンパンチの使用を許可してもよい。電子パンチを使用する場合は、主催者はバックアップシステムを用意しなければならない。

18.6 特に明記されていない限り、競技者は番号順にコントロールを回り、解答を記録しなければならない。コントロールカードでは、解答欄にパンチする。電子パンチでは、解答は器具に記録され、応答信号が発せられる。パンチが記録されたかどうか疑わしい場合は、バックアップシステムを使用しなければならない。

18.7 解答を正しくパンチすることは競技者の責任である。競技者が身体的障害などの理由により自身でパンチができない場合は、エスコートにパンチを依頼することができるが、責任は競技者自身が有する。

18.8 解答が記録されていないコントロールは不正解となる。コントロールカードを使用する場合、複数の解答欄にパンチが確認されたコントロールは不正解となる。電子パンチを使用する場合、コントロールでの最初の記録が解答となり、そのコントロールの他のすべての記録は無視される。

18.9 競技者は、パンチした解答を訂正できない。

18.10 コントロールを解く順番が決められている場合、主催者は、コントロールカードを見て競技者が正しい順番でコントロールに解答しているかを確認する。解答が飛ばされたコントロールが発見された場合は、その解答欄に無効を表す印がつけられ、競技者はそれ以降その欄にパンチしても得点できない。

18.11 コントロールカードまたは電子的記録カードを紛失した競技者は、失格となる。

18.12　競技者は、互いの解答を見ることができないように、競技中は可能な限りコントロールカードを隠しておかなければならない。

## 19　装備

19.1　主催者が特に定めない限りは、衣類および靴の選択は自由とする。
19.2　主催者は競技者にナンバーカードを身に着けることを義務付けてもよい。ナンバーカードは、明瞭に見えるように主催者の指示に従って装着する。サイズは25×25cm以下とする。折り曲げたり切ったりしてはならない。
19.3　競技中に、競技者がナビゲーションのために使用することが許されるのは、主催者から提供された地図とコントロール位置説明、およびコンパスだけである。
19.4　走行距離計と時計以外の機械的または電子的な補助装置は使用してはならない。拡大鏡はコンパスに組み込まれたものでも、単体のものでも使用できる。双眼鏡や望遠鏡の使用は禁止する。
19.5　主催者から提供された機器を除き、競技者は隔離ゾーンおよび競技エリア内で、位置情報を含む、外部と情報を送受信できる通信機器を使用または携行してはならない。

## 20　スタート

20.1　個人競技は、インターバルスタートで行う。リレー競技は、クラスごとにマススタートで行う。
20.2　予選・決勝競技では、決勝の最初のスタートは、予選終了後の最低2.5時間後とする。競技会の進行スケジュールの事情により困難な場合は、イベントアドバイザーが承認すればもっと短くしてもよいが、ブリテン3で事前に告知する。
20.3　スタートは、計時開始地点より手前にプレスタートを置いてもよい。プレスタートを置く場合は、その場所にチームオフィシャルと競技者の招集時刻を示す時計を設置し、役員は競技者の氏名を読み上げるか、掲出する。プレスタートの先へは、競技者、エスコート、および主催者に案内された報道関係者以外の者は、立ち入ることはできない。
20.4　スタートには、現在時刻を示す時計を設置する。プレスタートを採用しない場合は、役員は競技者の氏名を読み上げるか、掲出する。
20.5　正しい地図を受け取ることは競技者の責任である。1つのコースに複数の種類がある場合には、スタート前に競技者が確認できるように、地図に競技者の氏名や交付されている場合はナンバーカードの番号を表示する。
20.6　オリエンテーリングの開始地点は、地図上ではスタートの三角形で記す。そこが計時開始地点ではない場合は、現地にコントロールフラッグを設置する。競技者は計時開始地点を越えて戻ることはできない。
20.7　スタート時刻に遅れた競技者も、スタートすることを許される。役員は、実際にスタートした時刻を記録する。

- マススタートでは、競技者は可能な限り速やかにスタートさせられなければならない。
- インターバルスタートにおいて、競技者が自身のスタート時刻からスタート間隔の半分の時間以内でスタートラインに立った場合、すぐにスタート

しなければならない。

- インターバルスタートにおいて、競技者が自身のスタート時刻からスタート間隔の半分の時間を過ぎてスタートラインに立った場合、次のスタート間隔が半分となる時刻でスタートしなければならない。

20.8 自分自身の過失によりスタート時刻に遅れた競技者は、指定されていた時刻にスタートしたものとして計時する。主催者の過失によりスタート時刻に遅れた競技者は、実際のスタート時刻から計時する。

20.9 リレー競技におけるチェンジオーバーは、各リレーチームのメンバー同士がタッチすることで行う。フィニッシュする前走者が次走者の地図を取り、それを受け渡すという方法で行ってもよい。

20.10 リレーで正しくかつ適時にチェンジオーバーをすることは、主催者がフィニッシュして来るチームをあらかじめ通知することになっているとしても、競技者自身の責任である。

20.11 イベントアドバイザーが同意すれば、主催者はチェンジオーバーできなかったリレーチームの以降の走区の競技者をマススタートさせてもよい。

20.12 リレーチームは、いったん失格を承諾したら、そのチームのそれ以降のメンバーはスタートできない。

20.13 チェンジオーバー地区では、チームの次走者は、チームの前走者がフィニッシュに近づいていることが把握できるようにする。

20.14 主催者は、スタート前の競技者がコースについての情報を得ることを防ぐために隔離ゾーンを設けてもよい。隔離ゾーンは、競技会の主催者によって許可された役員を除き、その中にいる者は外との通信が禁じられたセキュアなエリアとして定義される。主催者は、競技者およびチームオフィシャルが隔離ゾーンの中にいなければならない時間を定める。主催者は、隔離ゾーンで待つ競技者のための適切な設備(トイレ・給水・雨除け等)を提供しなければならない。締切時刻を過ぎて隔離ゾーンに入ろうとする競技者またはチームオフィシャルの入場を拒否してもよい。競技者およびチームオフィシャルは、通信機器を隔離ゾーンに持ち込んではならない。

## 21 フィニッシュおよび計時

21.1 競技者がフィニッシュラインを越えたときに競技は終了する。

21.2 コースの計時区間における競技者の所要時間は、制限時間内であれば、競技の成績には影響しない。

21.3 フィニッシュタイムは、競技者の胸がフィニッシュラインを通過したときに計時する。所要時間は秒未満の端数を切り捨てる。所要時間は時間・分・秒または分・秒の形で表示する。

21.4 フィニッシュまでのルートは、競技者をテープ等で誘導してもよい。

21.5 フィニッシュラインの正確な位置は、フィニッシュする競技者にとって明瞭に見えるようにする。

21.6 競技者はフィニッシュラインを越えた、チェンジオーバーを終了した、または棄権をした後、コントロールカードまたは電子的記録カードを提出する。主催者からの要求があれば、競技地図も提出する。電子パンチシステムを使用する場合、主催者は競技者にパンチ記録の控えを発行する。

21.7 Pre0では、主催者は、制限時間をクラスごとに設定する。制限時間は、コント

ロール1つにつき3分、コース距離100mごとに3分を積算して算出する。ルート上に登りが多かったり通行しにくい箇所があったりする場合は、イベントアドバイザーの判断により更に制限時間を延長してもよい。登りに応じて制限時間を延長する場合は、Oクラスはコース距離の2%、Pクラスはコース距離の1%を超える登距離に対し10mごとに3分を加算するのを目安とする。Pクラスについては、イベントアドバイザーの判断によりさらに制限時間を加算してもよい。制限時間は、最大で150分とする。

21.8 ルート上のいかなる地点においても、競技者の過失ではない事象により競技が遅延した時間は記録され、その競技者の全所要時間から差し引かれる。例えば、コースの途中でタイムコントロールが設けられる場合の待機時間など。

21.9 記録された競技が遅延した時間を考慮したうえでも競技者が制限時間を超えた場合は、ペナルティが課される。超過した時間が5分までごとに1点が減点される。

21.10 Temp0では、コースの制限時間はない。

21.11 フィニッシュ地区には救護所を設置し、必要な備品を用意しておく。救護担当のスタッフが常駐していることが望ましい。『ナヴィゲーションスポーツのための安全ガイド』を参照すること。

## 22 成績

22.1 Pre0では、タイムコントロールを除く各コントロールにおいて、正答の場合は競技者に1点の得点が与えられる。

22.2 Pre0のタイムコントロールでは、制限時間内の正答の場合は、その所要時間が記録される。不正解の場合は、所要時間にペナルティとして不正解1問につき60秒を加算して記録される。制限時間内に解答がなかった場合は、制限時間にペナルティとして無解答1問につき60秒を加算して記録される。

22.3 タイムコントロールの所要時間は、1か所につき2人の役員により計時された結果の平均を、0.5秒単位で算出する。電子機器を使用する場合は、秒未満の端数を切り捨てる。

22.4 1つの競技に複数のタイムコントロールが設置される場合は、すべてのタイムコントロールにおける所要時間を合計して記録する。ストップウォッチによる計時では合計所要時間は0.5秒単位となるはずである。

22.5 Pre0において、競技者は得点によって順位がつけられる。同点の場合には、タイムコントロールの累積時間により順位がつけられる。

22.6 Temp0において、競技者は各ステーションの合計所要時間に、不正解1問につき30秒のペナルティを加えた成績により順位がつけられる。

22.7 リレーにおいて、各競技者の成績は、Temp0のステーションの合計所要時間に、Temp0パートの不正解1問につき30秒のペナルティと、Pre0パートの減点1点(不正解/制限時間ペナルティ)につき60秒のペナルティを加えたものとなる。各競技者の成績の合計がチームの成績となり、それによりチームは順位がつけられる。

22.8 イベントアドバイザーによって不公平で無効とみなされたコントロールは、すべての競技者に対して除外される。その場合は公式掲示板に無効となった理由を掲示しなければならない。Temp0のタイムコントロールが無効になった場合、そのタイムコントロールを含むステーション全体を無効とする。

22.9　競技の間は、成績速報を、フィニッシュ地区または参加者が集まる場所において公表、掲示する。Pre0では得点と秒数のみ、Temp0とリレーでは秒数のみを表示する。成績速報は、隔離ゾーンの入場締切時刻の後、または(隔離がない場合は)すべての競技者がスタートした後に行う。

22.10　公式成績表は、競技が終了してから4時間以内に公表する。公式成績表には、各コントロールの正解と、全競技者の解答およびタイムコントロールの累積時間を記載する。

22.11　2人以上の競技者が同点かつタイムコントロールの時間も同じとなった場合は、成績表では同順位とする。同順位に続く順位は、空位とする。

22.12　成績は競技会の当日中にインターネットで公表されることが望ましい。

## 23　表彰

23.1　主催者は成績上位者を表彰することができる。

## 24　公正な競技

24.1　オリエンテーリング競技会に関わるすべての者は、公平で誠実に、友情の精神をもって行動しなければならない。競技者は、他の競技者、役員、報道関係者、観客および競技エリアの住民に、敬意を払わなければならない。競技者はテレインでは可能な限り静粛にしなければならない。

24.2　歩行可能な競技者は、道のコントロールに近い側やディシジョンポイント付近での競技について、車椅子を使用する競技者を優先しなければならない。

24.3　競技中に、他の競技者やエスコートから技術的な援助を得ようとしたり得たりすること、または他の競技者に技術的な援助を与えたりすることを禁止する。ただし、事故が発生した場合に、負傷した競技者や身体的な援助を必要する人を助けることは、すべての競技者の義務である。

24.4　オリエンテーリング競技会に関わるすべての者は、ドーピングを行い、もしくは助けてはならない。JOAの定める『アンチ・ドーピング規程』がすべての国内競技会に適用され、JOA理事会はドーピング取り締まり措置を実施することを要求することができる。競技者は、必要とされるTUE(治療使用特例)申請をし、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構からTUEの付与・承認を取得する責任がある。

24.5　開催地が公開されるまでは、すべての役員は、競技エリアおよびテレインについて厳密に秘密を維持しなければならない。コースについては厳密に秘密を維持しなければならない。

24.6　テレイン内での調査や練習を試みてはならない。競技の前または競技中に、主催者が提供する以上にコースに関する情報を得ようと試みてはならない。

24.7　主催者は、当該テレインまたは地図を熟知していて、他の競技者より実質的に有利な立場にある競技者を、競技に参加させないようにする。このような場合は、イベントアドバイザーと協議して決定する。

24.8　チームオフィシャル、競技者、報道関係者および観客は、許可されたエリア内に留まられなければならない。

24.9　テレイン内の役員およびその他の者(報道関係者など)は、移動が困難な区間での正当な身体的な援助を除き、競技者を妨害したり援助したりしてはならない。

24.10　フィニッシュラインを越えたら、競技者は主催者の許可なく競技テレインに再び立ち入ってはならない。棄権する競技者は、ただちにフィニッシュでこれを申告して、地図とコントロールカードを提出する。棄権した競技者は、競技に影響を与えたり、他の競技者を助けるようなことをしてはならない。

24.11　いかなる規則でも違反し、または違反することで利益を得た競技者は、罰則を受けうる。適用されうる罰則は以下の通りである。

- 失格
- 一定期間の競技会出場停止(JOAの倫理規定に基づいて処分を受けた場合)

競技会の主催者、または(提訴があった場合には)裁定委員は、ブリテンで競技会日程として定義された競技会中において、罰則を課す責任を持つ。非常に重大な規則違反があった場合、JOAの倫理規定に基づく処分の対象となる。

24.12　主催者は、コース上に競技者、役員または観客に危険を及ぼす事象が発生したことが明らかとなった場合、いかなる時点であってもコースを中断し、延期または中止しなければならない。

24.13　主催者は、コース上に重大な不公平をきたす事象が発生したことが明らかとなった場合、そのコースを無効(不成立)としなければならない。

24.14　競技会に出場する競技者、チームオフィシャル、および競技会役員が、オリエンテーリング競技会に関わる賭博に参加することを禁止する。競技会に関する賭博を支援したり宣伝することも禁止する。さらに、賭博に関わる買収行為に加担してはならない。このような行為には、八百長をすること、結果を操作することになるすべてのこと、利益を得るために手を抜くこと、賄賂を授受すること、内部情報を漏らすこと、が含まれる。

24.15　主催者は、競技者が極度の疲労などにより競技を継続することが重大な健康被害に繋がる懸念があると判断した場合、医学的根拠に基づいて競技者の競技を中止させることができる。

## 25　調査依頼

25.1　本規則、「関連規則類」、または主催者の指示に対する違反について、調査依頼をすることができる。

25.2　調査依頼はチームオフィシャルまたは競技者のみがすることができる。

25.3　調査依頼は、書面にてできるだけ速やかに主催者に提出する。調査依頼は、主催者が調査して判断する。判断結果は、遅滞なく調査依頼をした者に通知する。主催者が判断できない場合、イベントアドバイザーが代わりに判断する。

25.4　調査依頼の制限時間は、すべての競技者を含む成績が公表されてから15分とする。主催者は異なる調査依頼の制限時間を設けてもよいが、最終のブリテンで公表する。制限時間を過ぎてなされた調査依頼は、正当で例外的な状況があり、それが調査依頼文の中で明確に説明されている場合に限り、認められる。

## 26　提訴

26.1　調査依頼に対する主催者の判定について、提訴をすることができる。

26.2　提訴は調査依頼をしたチームオフィシャルまたは競技者のみがすることができる。

26.3　提訴は、調査依頼に対する主催者の判断結果が調査依頼を行った者に通知されてから15分以内に、主催者に書面で提出する。制限時間を過ぎてなされた提訴

は、正当で例外的な状況があり、それが提訴文の中で明確に説明されている場合に限り、裁定委員の裁量によって認めてもよい。

## 27 裁定委員

27.1 裁定委員は提訴を裁定するために任命される。
27.2 主催者が裁定委員を任命する。
27.3 裁定委員会は、3人の裁定委員で構成する。裁定委員は投票権を持つ。イベントアドバイザーは裁定委員会の議長となるが、投票権は持たない。
27.4 主催者の代表者は裁定委員会に参加してもよいが、裁定委員会が決定を下す前に退席を求められることもありうる。主催者の代表者は投票権を持たない。
27.5 主催者は裁定委員会の決定に従わなければならない。例えば、主催者が失格とした競技者を復活させる、主催者が有効とした競技者を失格にする、主催者が成立としたクラスの結果を不成立にする、あるいは主催者が不成立とした結果を成立とする、など。
27.6 裁定委員会は、3人全員の出席をもって成立する。緊急を要する場合は、裁定委員の過半数が決定に同意すれば、仮の裁定を行ってもよい。
27.7 裁定委員が、自ら公平な裁定が困難になったことを宣言するか任務を遂行することができなくなった場合は、イベントアドバイザーが代行者を指名する。利益が相反する可能性があると考えられる場合は、イベントアドバイザーが最終的に判断する。
27.8 裁定委員会の決定が最終的なものになる。
27.9 裁定委員会がまだ組織されていないか、競技会が終わって裁定委員会が既に活動を終了していた場合には、JOA理事会が裁定委員会の役割を担う。

## 28 上訴

28.1 決定にいたるまでに重大な手続き上の瑕疵があった場合、または競技規則が明らかに誤って適用または解釈されていた場合に限り、裁定委員会の決定に対して上訴することができる。
28.2 上訴はできるだけ速やかに、JOA事務局宛に書面で提出する。
28.3 上訴についての決定は最終的なものになる。
28.4 JOA理事会が上訴を取り扱う。

## 29 イベントコントロール

29.1 本規則および「関連規則類」に基づいて行われるすべての競技会は、イベントアドバイザーにより管理される。イベントアドバイザーは、主催者の決定後3か月以内に任命する。
29.2 JOAがイベントアドバイザーを任命する。
29.3 イベントアドバイザーは、主催者に対してJOAからの公式の代表者である。JOA理事会の下に置かれ、JOA事務局との連絡窓口となる。
29.4 イベントアドバイザーは、運営組織からは独立した立場でなければならない。
29.5 イベントアドバイザーは、JOAのトレイル0イベントアドバイザーの資格を所有していなければならない。
29.6 イベントアドバイザーは、本規則および「関連規則類」が遵守され、間違いが排除され、最善の公平さが保たれていることに責任を持つ。イベントアドバイ

ザーは、競技会の要件を満たすために必要と判断した場合、調整を要求する権限を持つ。

29.7 イベントアドバイザーは主催者と密接に協力して動き、また必要な情報が適切に知らされているようにする。ブリテンなどのすべての公式の情報は、イベントアドバイザーによる承認を受けた上で、競技者に通知または公開されなければならない。

29.8 少なくとも下記の項目は、イベントアドバイザーの指揮の下で実施する。

- 競技会の開催地およびテレインの承認
- 実行委員会組織の調査と、宿舎、輸送、タイムテーブル、予算、トレーニング関係の妥当性の評価
- 式典の計画と適切なアクセス方法の評価
- スタート、フィニッシュおよびチェンジオーバー地区の運営体制とレイアウトの承認
- 計時および成績を計算するシステムの信頼性および正確性の評価
- 地図が「地図図式」に適合しているかの確認
- 難易度、コントロールの位置と器具、偶然性の要因および地図の正確さを含めた、コース品質の評価およびコースの承認
- 報道関係者のための段取りおよび設備の評価
- ドーピング検査の段取りおよび設備の評価
- 公式結果の承認

29.9 イベントアドバイザーは、自分自身の判断により必要と考える回数だけ視察する。視察後は速やかにその概要を書面でJOAおよび主催者に報告する。

29.10 地図の作成、コース設定、財務、後援および報道関係など特定の分野でイベントアドバイザーを補佐するために、1人以上のアシスタントをJOAが任命してもよい。

29.11 イベントアドバイザーを任命した機関は、イベントアドバイザーの任命を取り消す権限を持つ。

29.12 イベントアドバイザーは少なくとも3回は視察に訪れるべきである。1回は初期の段階(1年～6か月前)、1回は競技会の2～6か月前、あと1回は競技の当日である。

## 30 報告書

30.1 競技会の1か月後までに、イベントアドバイザーは任命した機関に報告書を提出する。報告書には、競技会の特記すべき事項と調査依頼および提訴の詳細を記載する。

30.2 競技会の1か月後までに、主催者はJOA事務局に、以下のものを提出する。

- 大会報告書
- 公式成績表
- 各コース地図および正解表

## 31 報道関係者へのサービス提供

31.1 主催者は、報道関係者が競技会を観察し報道するために、魅力的な作業環境および好意的な機会を提供する。

31.2 主催者は、報道関係者が下記のものを利用できるようにする。

- スタートリスト、プログラム小冊子
- モデルイベントに参加する機会
- 成績リストとコースの記載された地図

31.3　主催者は、競技の公平さを損ねない限りにおいて、報道の範囲を最大化するためのあらゆる努力をする。

## 32　改正

32.1　この規則の改正は、JOAトレイルO委員会で改訂しJOA理事会で承認する。

## 33　附則

本規則は令和6年12月1日より施行する。

平成14年3月9日 制定
平成17年6月12日 改正
平成24年6月17日 改正
令和6年12月1日 改正

## 付録1 トレイルオリエンテーリングのコース設定の原則


**1 はじめに**
- 1.1 目的
- 1.2 原則の適用
- 1.3 テクニカルガイドライン

**2 基本原則**
- 2.1 トレイル0の定義
- 2.2 適切なコース設定の目的
- 2.3 コース設定者の黄金律

**3 トレイル0のコース**
- 3.1 テレイン
- 3.2 スタート
- 3.3 コース
- 3.4 コントロールフラッグ
- 3.5 フィニッシュ
- 3.6 難易度

**4 コース設定者**

**5 追加情報と例**


### 1 はじめに

#### 1.1 目的

これらの原則は、身体能力が大きく異なる人々の競技における公平性を確保するために、トレイル0のコースを設定するための共通の基準を確立することを目的とする。

#### 1.2 原則の適用

すべてのトレイル0競技会のコースは、これらの原則に従って設定されなければならない。これらは、他の競技性の高いトレイル0競技会を計画するための一般的なガイドラインとしても機能するはずである。

起伏のあるテレインを走ることができない人のために開発されたもので、スピードの必要性は地図とテレインを対応させる必要性に置き換えられる。

#### 1.3 テクニカルガイドライン

IOFのテクニカルガイドラインの最新版を参照しなければならない。

### 2 基本原則

## 2.1　トレイル0の定義

トレイル0は、競技者が定められた順序で、地上に設置された多数のディシジョンポイントを通りながら、通行可能なルートをたどるスポーツである。各ディシジョンポイントで、競技者は地図を読み取り、テレイン内の多数のコントロールフラッグ群のうち、もしあるなら、そのどれが、印刷された円の中心とコントロールの説明によって定義されるものを表すかを選択する。その両方が正しくなければならない。

主要なフットオリエンテーリング競技会の地図作成者、コース設定者、イベントアドバイザーは、事実上、そのような競技会の準備においてトレイル0を経験している。トレイル0は、これらのスキルを取り入れ、正式な競技としている。

## 2.2　適切なコース設定の目的

コース設定の目的は、競技者に期待される能力に合わせて正しく設計されたコースを提供することである。結果は競技者の技術的な能力を反映していなければならない。

## 2.3　コース設定者の黄金律

コース設定者は次の原則を念頭に置く必要がある。

- トレイル0の独自性である地図の読み取り
- 各コントロールの正解に議論の余地がないこと
- 競技の公平性
- 競技者の楽しみ
- 他の役員と密接な連携
- 他のオリエンテーリングの分野との統合の達成
- 野生動物と環境の保護
- 報道と観客のニーズ

### 2.3.1　独自性

どのスポーツにも特性がある。トレイル0の独自性は、地図を読み取り、それを未知のテレインに対応させることである。これには、正確な地図読み、コンパスの取り扱い、ストレス下での集中力、素早い意思決定、自然の地形の読み取り、距離感覚といったオリエンテーリングのスキルが求められる。

### 2.3.2　議論の余地のない正解

各コントロールの正解は議論の余地がないこと！地図とテレインを読み取ることで、常に正解を導けなければならない。解き方は、「私が思う」ことや「私が信じる」ことが根拠であってはならない。

### 2.3.3　公平性

公平性は競技スポーツにおける基本的な要件である。コース計画やコース設定

の各段階で細心の注意を払わなければ、トレイル0の競技では運が大きな要因になりうる。コース設定者は、大会が公平であり、すべての競技者がコースのあらゆる部分で同じ条件に向き合うことを保証するために、このような要素をすべて考慮しなければならない。

### 2.3.4 競技者の楽しみ

オリエンテーリングの人気は、競技者が提供されたコースに満足することでのみ高まる。そのため、コースが、長さ、身体的および技術的な難易度、コントロール配置などに関して適切であることを保証するためには、慎重なコース設定が必要である。この点において、どのような身体能力の競技者においても、そのコースに参加する競技者に適切なコースを提供することが特に重要である。

### 2.3.5 役員との密接な協力

コース設定者は、地図作成者およびイベントアドバイザーと密接に連携しなければならない。したがって、一定の統合が必要であり、地図作成、コース設定、管理を現場で同時に行うことが最適である。 「森の中」での関与が増えるため、主催者とのコミュニケーションも増やす必要がある。

### 2.3.6 他のオリエンテーリングの分野との統合

トレイル0競技がフット0イベントと同時開催できると、競技者の楽しみは大幅に高まる。異なるコースの設定者同士が協力することで、利益相反が起こらず、すべての競技者に他のコースを認識させられる。迷ったフットオリエンティアに間違った場所にいると警告するために、トレイル0のコントロールフラッグに青いテープを付けることができる。

### 2.3.7 野生動物と環境

環境はデリケートである。つまり、野生動物が邪魔されたり、地面や植生が過度の使用によって被害を受ける可能性がある。環境には、競技エリアに住む人々、壁、柵、耕作地、建物やその他の構造物なども含まれる。

通常、最もデリケートなエリアに干渉せずに被害を回避する方法を見つけることが可能である。経験と研究から、正しい予防策を講じ、コースを適切に設定すれば、大規模なイベントであっても、デリケートなエリアで永続的な被害を与えることなく開催できることがわかっている。

コース設定者が、選んだテレインに通うこと、およびテレイン内のデリケートなエリアが事前に発見されるようにすることが非常に重要である。

トレイル0の競技者は道上に留まるため、生態学的な理由でフット0競技が許可されていない時期や地域でも、許可されることがよくある。

### 2.3.8 報道と観客

オリエンテーリングというスポーツに対して良いイメージを世間に与える必要

性は、コース設定者にとって常に関心を持つべきである。コース設定者は、競技の公平性を損なうことなく、観客や報道関係者が競技の進行を可能な限り近くで見ることができるように努めるべきである。

## 3　トレイル0のコース

### 3.1　テレイン

テレインは、移動に制限のある競技者、つまり低く固定された車椅子に乗って自力で移動している人や、障害があってゆっくりと歩く人でも、制限時間内に容易にコースを完走できるような場所を選定しなければならない。

通行するルートの状態にも十分に配慮し、すべての競技者が通行可能でないルートには、代替ルートがない限り、通行禁止にしなければならない。例えば、階段や倒木がある道は、多くの車いす使用者が通行できないが、並行する代替ルートが利用可能な場合は、競技者に選択させることができる。道に、過度の泥、砂、根、岩がないか確認し、必要に応じて舗装し、すべての人にとって通行しやすい状態にしなければならない。

一般に、許容可能な通路幅は1mである(短い区間であれば植物が生えていてもよいが、棘やイラクサの場合は手が傷ついたり刺されたりするのを避けるため、これらは除去しなければならない)。ただし、すべての車椅子やハンドサイクル用のスペースが不可欠である。それらはコントロール付近で通過したり操縦できなければならず、必要に応じて最大3m幅のエリアを一定の間隔で作成する必要がある。不適切な道は、地図上でハッチングやバツ印を重ねて印刷し、および/またはテレイン内でテープを使用して、通行禁止とする。いずれの場合も、すべての競技者がこれらを視認できなければならない。

エスコートを用意しない区間での勾配は、20m以内であれば14%まで許容される。道の幅方向の勾配は8%を超えてはならない。これらの制限を超えるルートには、補助員を配置して援助する必要がある。急坂区間を通過できない歩行可能な競技者のために、ロープ、滑車、予備の車椅子の使用を考慮する必要がある。

コース設定者は、コントロール位置やルートを決める前に、テレインについて十分に理解しておくべきである。

また、大会当日は、コースを計画した時と地図およびテレインの状態が異なる可能性があることも認識しておくべきである。

### 3.2　スタート

スタート地区は、以下の条件を満たすように配置、運営されるべきである。

- 待機エリアがあること
- 待機中の競技者が、コントロール群の詳細を見られないこと

オリエンテーリングの開始地点は、現地ではコントロールフラッグが設置され、地図上では三角形で示される。

## 3.3　コース

課題はトレイル0のコースにおいて最も重要な要素であり、コースの品質を大きく左右する。

競技者は良質な課題によって興味深い地図読みのやりがいを感じる。同じコース内で、異なる種類の問題が提供されるべきである。

非常に良質なコントロールが少数(10個以上)あるコースの方が、質の低いコントロールが多くあるコースよりも望ましい。

### 3.3.1　コントロール位置

すべてのコントロール円の中心は、コントロール位置説明で正確に説明できる地図にある特徴物になければならない。正解が「正解なし」の場合を除き、コントロールフラッグは、現地でこの特徴物に配置される。ルート上から見えるか、他の特徴物やコントロールフラッグの高さからその位置が推測できるように配置されるべきである。不正解のコントロールフラッグは、地図にある特徴物に配置する必要はない。

特に重要なのは、コントロール付近の地図が地形を正確に表現しており、競技者の背後を含め、すべての視認可能な角度からの方向や距離が正確であることである。

### 3.3.2　ゼロトレランス

ゼロトレランスを定めることは常に必須である。課題の正解が「正解なし」の場合、ゼロトレランスは、正解位置の周囲にコントロールフラッグが配置されない最小半径として定められる。

ゼロトレランスは、最小4mである。特定の状況では、IOFの『エリートトレイルオリエンテーリングのためのテクニカルガイドライン』で定められているように、より大きな半径を使用しなければならない。

### 3.3.3　ディシジョンポイント

ディシジョンポイントは現地に設置されるが、地図上には表示されない。

競技者がディシジョンポイントからコントロール群に向かって進まないように、必要に応じて現地にテープを設置すべきである。

歩行可能な競技者は、車椅子使用者よりもコントロールフラッグに近づいてはならず、また、ディシジョンポイントの後ろにある高い場所に乗ってより良い視界を得られないようにすべきである。そのような場所は、ルールを保証するために立入禁止としてテープで囲むべきである。

最も重要なのは、コントロールの意思決定に関連するすべてが、低い車椅子に座っている人に見えること、そしてそれが検証されることである。

デシジョンポイントと関連するパンチ場所は、コントロール番号順に解答する

必要があるかどうかに関わらず、スタートからフィニッシュまでの物理的なルートに沿って、論理的な番号順に進むように設置されなければならない。

### 3.3.4　タイムコントロール

所要時間が記録されるタイムコントロールは、競技に少なくとも2つ含まれるべきである。これらの位置に関する情報を与えるコントロール円は、競技者の地図には表示すべきでない。さらに、これらのコントロールが競技ルート沿いにある場合は、その付近のエリアの詳細をすべて地図から削除すべきである。

エリートレベルの経験豊富な競技者に対しては、タイムコントロールは競技のスタート時とフィニッシュ時の両方で、制限時間外に行うのが理想的である。

## 3.4　コントロールフラッグ

コントロール器具はIOF競技会の規則に準拠している必要がある。

すべてのコントロールフラッグの位置は慎重に計画しなければならない。コントロール円の中心に1つ選び、他のものをその周囲にランダムに配置することは許されない。

コントロールフラッグは、競技者が少なくとも3分の1を見えるように配置する必要がある。

現地では、地図上に描かれている地面の形状を示すために、コントロールフラッグを標準の高さで吊るす必要がある。

吊り下げたとき、コース設定者とイベントアドバイザーは、コントロールフラッグのどれが円の中心にあり、かつコントロール位置説明に合致するかについて完全に合意している必要がある。道上の見える場所から、複数のコントロールフラッグのどれが正解か疑わしい場合は、1つまたは複数のコントロールフラッグを移動して合意する必要がある。

「正解表」の拡大版は、コントロールフラッグを配置するときに役立つ。

### 3.4.1　コントロール位置の公平性

コントロールフラッグ群は、地面に低く座っている人(0.8m)や立っている人(最大2.2m)にとって同様に見えなければならず、植生で隠れてはならない。コース設定者は地面に降りて現場を評価すべきである。

原則として、コントロールフラッグの相対位置は、ディシジョンポイントの表示板を中心とした1m×1mの窓の中から見た場合に変化してはならない。車椅子の位置を考慮して、表示板の両側に一歩ずつ動いたり、後ろに一歩下がったりする場合でも、正解は同じでなければならない。

競技が開催される時間帯に、太陽や雨による視界への影響を確認する必要がある。タイムコントロールでは、道に沿って移動しなくても、すべてのコントロールフラッグと関連するテレインの特徴物が見えることが重要である。その

他のコントロールでは、テレインを読み取るために道に沿った移動が必要になる場合があり、それが課題を解くために必須となることもある。

### 3.4.2 コントロールの近接性

隣接する複数のコントロールフラッグ群がディシジョンポイントから見える場合、これらはテレイン内でテープで区切られるか、ディシジョンポイントでの見るべき角度がテープによって区切られる。

コントロールフラッグ間の最小間隔は定義されていない。2つ以上のコントロールフラッグが同じ位置説明を持つ場合、他の特徴物を参照することでそれらを正確に区別できなければならない。

### 3.4.3 コントロール位置説明

地図上に示された特徴物に対するコントロールの位置は、コントロール位置説明によって定義される。

地図上の円の中心とコントロール位置説明によって定義される、地上のコントロールの特徴物の正確な位置は、議論の余地のないものでなければならない。IOFのコントロール位置説明記号によって明確に定義できないコントロールは、適切とはなりえない。コントロール位置説明は必要以上に詳細に記述すべきではない。位置説明欄の割り当てられた列内に収まりきらない記号を使った複合的な説明は、使用してはならない(例:崖の頂上、西の部分)。

B欄では、対象となるコントロールフラッグの数が文字で示される(例:3つのコントロールフラッグの場合はA-C)。

ルートが明確でない場合は、H欄の矢印でコントロールを見る方向を示す必要がある。[北を指す矢印は、競技者がコントロールを北に見なければならないため、円の南のルートを通る必要があることを示す]。矢印はディシジョンポイントから円の中心への方角を示すものではない。通るルートから複数のコントロール位置が見える開けたテレインや、コントロール位置が互いに非常に近いとき、H欄の矢印は関連するコントロールフラッグ群を示す必要がある。

## 3.5 フィニッシュ

フィニッシュラインへのルートの少なくとも最後の部分は、強制的なマークトルートであるべきである。

## 3.6 難易度

いかなるテレインや地図でも、コース設定者は幅広い難易度のコースを設定できる。

コントロールフラッグの配置やディシジョンポイントに注意することで、異なる基準のコースを設定できる。

競技者に期待するスキル、経験、地図の細部を読み取ったり理解したりする能

力に注意を払う必要がある。特に初心者や子供向けのコースを設定する場合、難易度を適切に把握することが重要である。

## 4　コース設定者

コース設定の責任者は、個人的な経験から得た優れたコースの質に対する理解と評価力を持っている必要がある。また、コース設定の理論に精通し、移動能力が異なる競技者に対応する際の特別な要件を理解している必要がある。

コース設定者は、テレインの状態、地図の品質、参加者や観客の有無など、競技に影響を与える可能性のあるさまざまな要因を現場で評価できなければならない。

コース設定者は、コースと、スタートからフィニッシュラインまでの競技の運営に責任を負う。トレイル0では誤りが発生する機会が多く、それが重大な結果を招く可能性があるため、計画、地図作成、イベントアドバイザーによる確認を現場で同時に、理想的には植生が少ないときに実行することが最適である。視認性とアクセスを改善するために必要な剪定を、競技会の数日前に行うことができる。

コースは、印刷前に地図に組み込む必要がある。コントロール円は直径6mmにすべきで、現地でコントロールフラッグを1m以内の精度で設置できるようにするために、円の中心は0.2mm以内の精度で配置されなければならない。ISOM仕様に基づいて描かれた1:5000、1:4000、または1:3000の地図縮尺では、記号の寸法は1:15,000のフット0地図の場合より50%大きくなる。

## 5　追加情報と例

トレイル0競技会に参加するすべての役員および競技者に適用されるさらなる追加情報は、www.orienteering.sportで閲覧できる。

## 付録2 トレイル0リレー

トレイル0リレーには、各走区にPre0パートとTemp0パートがある。本規則および本付録に別段の記載がない限り、Pre0およびTemp0の規則が適用される。

### 隔離ゾーン

競技者は競技中にチームメイトとコミュニケーションをとることができてはならない。隔離ゾーンを設ける必要がある。

### Pre0パート（フォーキング）

Pre0パートの3つの走区はフォーキングする。コース設定の可能性に応じて、以下に説明する a）および b）の方法に従ってフォーキングを行うことができる。

a）コースは、例えば30個のコントロールで構成される。（または3で割り切れる別の数）
- 第1走者は、30個のコントロールの中から自由に10個のコントロールを選んで解答し、その後第2走者に引き継ぐ。
- 第2走者は、残りの20個のコントロールの中から自由に10個のコントロールを選んで解答し、その後第3走者に引き継ぐ。
- 第3走者は、残りの10個のコントロールを解答する。
- 3つの走区を合わせた制限時間が設定される。その時間は、チームが移動しなければならない最小距離に基づく。制限時間は、チームメンバー3人の間で自由に使うことができる。
- 1つの走区で解答されたコントロールが10個を超える場合、正解した最初のコントロール(番号順)が無効と記録され、残りの走区では解答できない。これを解答済みで有効なコントロールが10個になるまで繰り返す。残りのコントロールは残りの走区の間で自由に分配される(ただし、1つの走区に対するコントロールは10個を超えない)。
- 1つの走区で解答されたコントロールが10個未満の場合、最初の未解答のコントロール(番号順)が無効と記録される。これを解答済みか無効と記録されたコントロールが10個になるまで繰り返す。

b）コースは、例えば12個のコントロールで構成される。
- 競技者は同じコントロールの場所で解答する。
- コントロールの場所は自由な順序で回ることができる。
- フォーキングは、各コントロールの場所で異なる位置説明を使用するか、または各走区の各コントロールの場所の少なくとも75%で異なる位置説明を使用することで行われる。
- コースの大部分では単一コントロールフラッグの課題を設けることはできない。
- 制限時間は、チームメンバー3人の間で自由に使うことができる。

### チェンジオーバー

すべての競技者は自分自身のコントロールカードを持つ。チームの使用時間を記録するために、ストップウォッチを次の走者に渡すことができる。

フォーキング a）を使用する場合の特別なチェンジオーバーの手順:
解答済みまたは無効と記録されたすべてのコントロールは、次の走区のコントロールカードに明確に印がつけられる。

**Temp0パート**
Pre0パートに加えて、3つの走区すべてに1か所または2か所のTemp0のステーションがあり、各ステーションには少なくとも4つの課題がある。

- 課題の数は、第1走者と第2走者で同じでなければならない。第3走者には追加のステーションを設けてもよい。
- 各走区のタイムコントロールは同じでも異なってもよい。
- タイムコントロールはPre0パートの後に行う。
- 第3走者は、すべてのチームの第3走者がPre0パートを完了するまで隔離される場合がある。その後、現在の順位の逆順でTemp0のステーションに送り出され、順位決定戦が行われる。