

【野外活動】オリエンテーリング

オリエンテーリングとは、野山の中で、地図上に表示された目印の地点をコンパスを使って方向を定め、地図上に表示された目印を決められた順番に探し、ゴールまでのタイムを競う競技です。ただし、各地点間はどのように進んでも良く、より早いルートを自分で考えて進むところがマラソンやクロスカントリーとは違う特徴となっています。種類は色々ありますが代表的な種類を下記に記します。(以下オリエンテーリングを OL と表記します)

ポイント・OL	一番よく行われているもので、地図上に表示された地点を決められた順番に回っていき、ゴールまでのタイムを競うOLです。
フリーポイント・OL	地図上に表示された地点を、自由な順番で、決められた数だけ回ってくるOLです。
スコア・OL	地図上に表示された地点ごとに「点数」が割り振られており、その地点を制限時間内に自由な順番で回って行き、集めた点数の合計を競うOLです。
トレイル・OL	道や小径のコースをたどり、地点ごとに「課題」が設定され、いくつかのフラッグからその「課題」にあったものを選んでいくもので、障害のある人も楽しめるOLです。
スキー・OL	冬に雪の積もった場所で、スキーを履いて行うOLで東北や北海道でよく行われます。

●OLの魅力

OLのコースは、森や公園などの「自然」の中で行う競技であり、四季のいろいろな「自然」を自分の足で満喫できるのが魅力です。

OLにおいて、早くゴールにたどり着くためには、起伏のある地形を早く走るための走力が必要です。しかし、しっかりと地図を読んでから動かないと、自分のいる場所や進むべきルートを見失ってしまい、すぐに迷ってしまいます。地図を見ないで走ってもダメ、地図を見すぎて動かないのもダメ。「走力と知力のバランス」が必要で、それがOLの難しさであり、楽しさです。

●三滝少年自然の家でのOL

三滝少年自然の家では、限られた時間の中で、「いつでも」、「誰でも」、「簡単に」楽しんでもらえるように上記OLの競技方法をアレンジして、4種類の競技が出来るよう常設ポイントを設置しています。

春には新緑を楽しみながら、夏には小鳥のさえずりを聞きながら、秋には虫の声や紅葉を愛でながら、冬には木枯らしの音を聞きながら、OLをお楽しみください。