

# 2023年に向けた活動方針と選手選考について

2022.10.15 公開

公益社団法人 日本オリエンテーリング協会  
強化委員会  
ジュニア委員会

## 1. ヴィジョン

欧州中堅国と同等の競技力保有を世界に認知させ、オリエンテーリングの世界的な競技スポーツとしての地位確立に貢献するため、存在感を競技力で示す。

2023年はフォレストWOCの開催となるが、2024年のスプリントWOCの準備も並行して強化を進めていく。2023年に開催される国際大会（WCup、JWOC、AsJYOC）やトレーニングキャンプなどに代表選手を積極的に派遣し、ジュニア・ユース世代の育成を含めた全体の競技力向上に努める。

選手強化の体制については、強化委員会の委員に加え、強化方針に基づいて中長期的に強化を推進する強化スタッフを置く。また、個人コーチ・アドバイザー、所属クラブや大学のコーチ・オフィシャル等の協力、さらには地域クラブの協力を得ながら強化活動を進める。

JOAは日本オリンピック委員会（JOC）の承認団体となっている。日本代表選手としてのインテグリティ（誠実、真摯、高潔）やアンチドーピングなどの教育を充実させるとともに、アントラージュ（競技活動を支える環境）活動にも注力予定である。

## 2. 大会の位置付けと目標

### 2.1 WOC

大会の位置づけ：日本代表選手が目標とすべき最高峰の大会。

#### 2.1.1 2030年までの長期目標

- Division2への昇格
- 個人種目：25位
- 団体種目：15位

※WOCは過去の成績を基に出場可能な選手の上限数が国ごとに3つのDivisionに分けて決められている。Division1(8ヶ国)、Division2(14ヶ国)、Division3(その他の国)。現在日本は男女ともDivision3。Division2への昇格を目指すためには、22位が目標となる。

WOC2023のDivision分け:

男子 <https://orienteering.sport/wp-content/uploads/2021/07/woc-division-2023-men.pdf?x49098>

女子 <https://orienteering.sport/wp-content/uploads/2021/07/woc-division-2023-women.pdf?x49098>

### 2.1.2 2024年（スプリント）、2025年（フォレスト）までの中期目標

- スプリント個人種目：  
35位（伊部38位@WOC2022）
- スプリントリレー種目：  
20位（19位相当@WOC2022）
- フォレスト個人種目：  
40位（稲毛40位@WOC2021ミドル）
- フォレストリレー種目：  
男子：22位  
女子：22位

### 2.1.3 2023年WOC（2023年7月11日～16日、スイス）における目標

大会の位置づけ：日本代表選手が目標とすべき最高峰の大会。

- 個人種目：  
ミドル：男女ともに予選通過1名以上（予選通過まで、小牧50秒、稲毛57秒@WOC2021）  
ロング：40位（小牧46位@WOC2021、稲毛48位@WOC2017、2018、2021）
- リレー種目：  
男子：22位  
女子：22位

### 2.2 WCup（4月ノルウェー(F)、8月チェコ(F,S)、10月イタリア(S)） F:Forest, S:Sprint

大会の位置づけ：世界レベルのレースを経験できる重要な機会であり、WOCを目指すアドバンスト選手を積極的に派遣する。WOCにおける有利なスタート順を確保するためにWRPを稼ぐ場でもある。

### 2.3 JWOC（2023年7月2日～9日、ルーマニア）

大会の位置づけ：経験と育成、強化のバランスを取る必要がある大会。そのために、世界レベルの大会の経験を重視、スプリント重視、フィジカル重視、多くの視点を持って選手選考すべき大会。

選手の今後の成長を見据え、中長期的な視野で目標を定める。具体的な目標はジュニア委員会がコーチと協議して各年度の遠征チームに対して定める。

### 2.4 AsOC

大会の位置づけ：結果を重視する大会であり、アジアにおける日本のプレゼンスを示す大会。また同時に、国際大会の経験や厳しさを知る大会。

- M/W21E、M/W20E、M/W18E、M/W16E各年代のトップ選手を派遣する。すべての種目で優勝およびメダル獲得を目標とする。

韓国でのAsOC開催は延期ではなく中止となったため、次回は2024年にタイで開催される予定。

## 2.5 AsJYOC (2023年12月23日～26日、香港)

大会の位置づけ：結果を重視する大会であり、アジアにおける日本のプレゼンスを示す大会。また同時に、国際大会の経験や厳しさを知る大会。具体的な目標はジュニア委員会がコーチと協議して各年度の遠征チームに対して定める。

○M/W20E、M/W18E、M/W16E各年代のトップ選手を派遣する。すべての種目で優勝およびメダル獲得を目標とする。

## 3. 強化活動

### 3.1 アドバンスト選手登録

強化委員会は、JOAの競技者登録をした選手の中から、競技力向上の意志を持ち、Aクラスのコースを自力で完走できる技術、体力のある選手を対象に強化活動を行っていく。希望する選手はアドバンスト選手（ADV選手）登録を行うことで強化合宿に参加できる。アドバンスト選手は、年齢により2種類（シニア、ジュニア）の登録種類がある（表1参照）。

日本代表選手に選考されるためには、JOA競技者登録をしていること、さらにADV選手登録を行っていることを条件とする。言い換えると、日本代表選手を目指すための第1ステップとしてJOAの競技者登録、第2ステップとしてADV選手登録となる。

現在の、日本のオリエンテーリング代表となるための概念図を以下に示す。

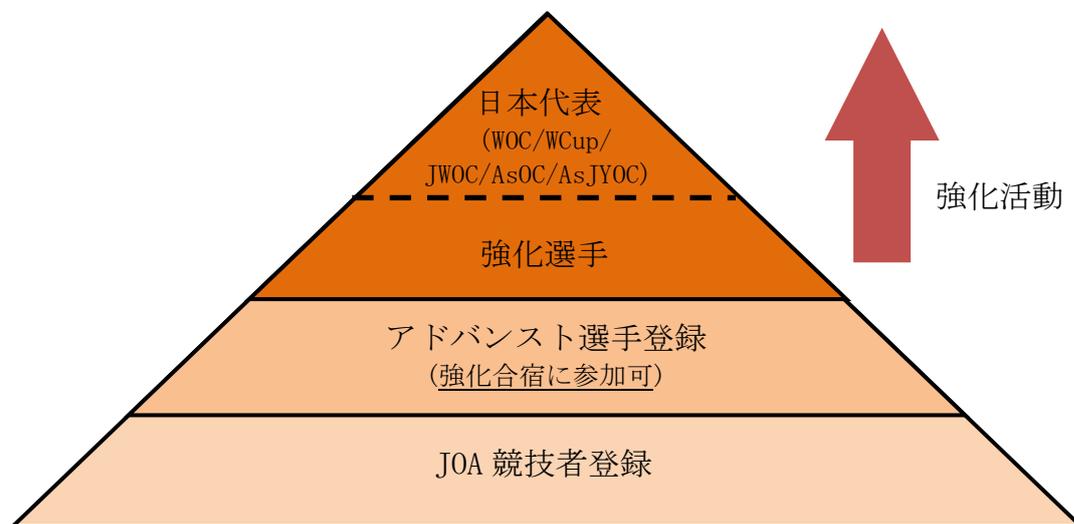


図1 日本代表、強化選手とアドバンスト選手登録の概念図

表1 アドバンスト選手登録の種類と概要。

	年齢対象	合宿・練習会参加		選考エントリー		登録費
		スプリント	フォレスト	WOC/WCup/ AsOC	JWOC/ AsJYOC	
1) シニア	21歳以上	○	○	○	×	5,000
2) ジュニア・ユース	20歳以下	○	○	○	○	2,000

※ジュニア・ユース：2003年1月1日以降生まれ。

### 3.2 強化選手

ADV登録された選手の中から、実績やポテンシャルをもとにして、WOCを目指す選手としてフォレスト強化選手、スプリント強化選手を指定する。スプリント強化選手は走力を特に重視し、満たすべき走力基準を設ける。また、ADV登録された選手の中から、JWOC/AsOC (U16、U18、U20) を目指す選手としてU-20およびU-18強化選手を指定する。

- ① フォレスト強化選手（男女各5名程度）
- ② スプリント強化選手（男女各5名程度）
- ③ U-20およびU-18強化選手（男女各数名程度）

総合的にナビゲーションおよびフィジカルを強化することで、優れた選手を育成することを目的とする。

※ 強化選手には、強化委員会主催イベントにおけるトレーニング経費の一部を免除する。

### 3.3 強化選手の指定

詳細は、「強化選手指定要領」を参照のこと。

## 4. 日本代表の選考

### 4.1 WOC2023代表選考

- 選考人数：WOCフォレスト個人出場枠数（男女ともロング1名、ミドル（予選・決勝方式）3名）を選考することを基本とする。（アジア選手権者（AsOC2018）としての個人枠があるかどうかは確認中である）
- 選考対象：2023年JOA競技者登録者かつADV選手。
- 選考方法：
  - a) アジア選手権者（ミドル競技）としての個人枠（確認中）
  - b) 内定者（男女各最大1名）

2023年WOCへ向けて計画的、集中的な準備が可能な選手を、WOC2023代表選手に内定する。但し、WOCまで以下の状況が明確な場合は、強化委員会の判断で内定を

取り消す場合があるので注意のこと。

- ・トレーニング計画（日常トレーニング、合宿、遠征等）に対して進捗が明らかに悪い場合。
- ・コーチへの報告がなされない場合。
- ・怪我、病気などでWOCの準備に影響がある場合。
- ・仕事、学業等の環境の変化によりWOCの準備に影響がある場合。

但し、長期的な計画で成果をあげることが目的のため、国内競技の結果のみで取り消すことはない。また、選手とのコミュニケーションをとった上で決定する。内定取り消しは4月の選考会の1ヶ月前（3月上旬）に決定する。内定取り消しの場合も選考会には出場できる。

c) 選考会による選考

- ・選考会（2023年4月9日（日）@静岡県 開催予定）  
b)とc)を合わせて2名となるよう上位から選考する。

d) 実績等による推薦

選考会の成績、海外における実績（2023年3月末時点でのフォレストWRポイント、2021年～2022年のWOC、WCup等のフォレスト競技成績）、国内主要大会（全日本ロング、全日本ミドル、インカレロング、インカレミドル）、日本ランキング、それ以外にもトレーニングキャンプへの遠征など、WOC2023にむけた積極的な取り組みも考慮の上、推薦選手を決定し、b)～d)合わせて男女とも最大4名を選考する。

※c)において、辞退の場合、次点者の繰り上げはしない。

## 4.2 JWOC2023代表選考

○ 選考人数：未定

○ 選考対象：2023年JOA競技者登録者かつADV選手

かつ走力基準タイム(本文書の末尾に記載。1500m, 3000m, 5000m, 10000mのいずれか)を満たすもの。

○ 選考方法：

選考会（2023年4月9日（日）@静岡県 開催予定）を選考対象大会とする。

※U-20またはU-18強化選手かつ参考レースで特に優れた成績を収めている者は、選考会を待たずに代表に内定することがある。

※走力加点タイム(本文書の末尾に記載。1500m, 3000m, 5000m, 10000mのいずれか)を満たす場合、代表選考の際に考慮される。

※男女各若干名の補欠選手を選考する場合がある。

○ 参考レース：（今後追加される可能性あり）

9/18	FRENSON JUNIOR CUP 2022(中学校高等学校選手権大会)個人競技（茨城県）
10/8	全日本ミドル（山梨県）
10/9	全日本ロング（山梨県）
11/5	インカレスプリント（長野県）
11/6	インカレロング（長野県）
1/?	ジュニアチャンピオン（東京都）
3/11	インカレミドル（栃木県）

### 4.3 AsJUOC2023代表選考

選考人数や選考方法などは、別途発表する。

### 4.4 WCup

強化選手を優先して選考する。希望者が多い場合は日本ランキングを参考に選考する。

## 5. 今後の具体的活動

### 5.1 フォレスト強化方針

WOC2021のミドル競技で経験したように、ミドルでさえも可能度が悪く非常にタフなコースが用意されるが増えてきた。このことからフィジカル面、とりわけフォレストでのフィジカルを強化することを重点方針とする。

### 5.2 スプリント強化方針

スプリント競技はますます高速化する傾向にあるため、2022年強化方針と同様に走力を重視することを強化方針の柱とする。

- ・スプリントは適当な練習環境があれば身近で練習できるので、特に走力向上に関しては個人の努力の範疇とし、特別な施策は実施しない。
- ・走力チェックのための記録会は各所で適宜実施・斡旋する。

### 5.3 強化合宿(JOA合宿)

例年と同様に、強化合宿、練習会を実施する。

#### ① 参加資格

強化合宿への参加は、誰でも参加可能とするが、トレーニングの人員に制限がある場合や、目的が限定される場合などは、強化選手、代表選手およびADV選手を優先することがある。また参加費は一般参加の場合、割り増しとなる。

#### ② 開催予定（フォレストが中心であるが、早朝にスプリントを組み込むこともある）

日程は変更される可能性あり

1月14日（土）～15日（日）	第1回合宿	未定
2月11日（土）～12日（日）	第2回合宿	未定
3月18日（土）～19日（日）	第3回合宿	未定
4月9日（日）	WOC、JWOC選考会	静岡県
5月3日（祝）～5月6日（土）	第4回合宿	未定
6月10日（土）～11日（日）	第5回合宿	未定

#### 5.4 フォレスト、スプリント強化選手に対する活動

上記5.1と5.2の方針に基づき、フォレスト、スプリント強化選手（+それに準ずるレベルの選手）の強化を目的として、昨年から開始した下記活動を改めて再開する。活動内容については、本活動を進めていく中で具体化し、日程についても都度決めていくこととする。

- ①ハイレベルな練習機会の提供（地域別、地域クラブ、大学との連携）
- ②競技会終了直後のトレーニング（競技会主催者との連携）
- ②オンラインMTGを活用した下記活動
  - ・ルートプランニング等の机上での技術向上活動
  - ・他国情報の共有
  - ・選手同士のトレーニング状況共有
  - ・スプリントの練習方法や関連知識・情報などの提供

なお、強化指定されていない選手がこの活動に参加を強く希望する場合は、アドバンス選手登録の際、目標とする具体的な国際大会、その大会での目標、目標に到達するための長期・短期のトレーニング計画、現在の具体的なトレーニングの状況等を所定の申請フォームに詳しく記入すること。

(内容精査の上、参加可否を判断する)

登録方法は「アドバンス選手登録要項」を参照のこと。

#### 5.5 WOC2023に向けた推奨イベント

WOC2023を目指す選手および代表選手には、2022/10/1-3 WCup2022 Round 3（スイス）、これに続くトレキャン2022/10/4-9（スイス）、2023/5/31-6/6トレキャン（スイス）への参加を推奨する。

#### 5.6 WOC2024に向けた推奨イベント

WOC2024を目指す選手は、今後発行されるWOC2024のブリテンを注視し、参加すべきトレーニング機会があれば、参加を検討すること。

#### 5.7 強化指定とADV選手登録

フォレスト強化指定	2022年10月31日申請受付締切、11月中旬指定
スプリント強化指定	2022年10月31日申請受付締切、11月中旬指定 その後は随時申請受付、随時指定
U-20、U-18強化指定	2022年11月30日申請受付締切、12月中旬指定
ADV選手登録	随時

#### 6. 遠征経費と助成金の活用

遠征経費に関して、これまでWOC/JWOCの遠征を対象としてスポーツ振興基金助成金を申請してきたが、2023年についても助成金を申請予定である。ただし、遠征経費（参加費等）の一部しか補助する

ことができず、また助成金も確約されたものではない。そこで、渡航費（航空券代）は代表選手、帯同オフィシャルとも自己負担、その他の経費（帯同オフィシャルのエントリー代・宿泊費も含む）は代表選手が負担することを基本とし、助成金を得ることができた場合には負担軽減を図る。また代表選手、帯同オフィシャルの負担が大きくなり過ぎる場合には、強化委員会が経費の一部を負担する。

## 7. 問い合わせの送付先

送付先：kyouka■orienteer.jp ■=@

題目：「2023活動方針」

本文に、所属、氏名、連絡先（メール発信元への返信で良い場合は不要）を明記の上送付下さい。

## 8. 主要な国内・国際大会・イベント

2022/10/1-3	WCup2022 Round 3	スイス	R, M, L
2022/10/4-9	WOC2023 トレーニングキャンプ	スイス	F
2022/10/8	全日本ミドル	山梨県	M
2022/10/9	全日本ロング	山梨県	L
2022/11/3-6	JWOC2022(forest)	ポルトガル	M, R, L
2023/4/26-30	WCup2023 Round 1	ノルウェー	L, M, R
2023/5/31-6/6	WOC2023 トレーニングキャンプ	スイス	F
2023/7/2-9	JWOC2023	ルーマニア	S, SR, M, L, R
2023/7/11-16	WOC2023	スイス	M, L, R
2023/8/2-6	WCup2023 Round 2	チェコ	S, SR, M, L
2023/10/3-7	WCup2023 Round 3、欧州選手権	イタリア	S, KS, SR
2023/10/13-15	Euromeeting	イギリス	S

※ 2022年度 全日本スプリントの開催は未定

### 注記：

WOC：	フットO世界選手権大会
JWOC：	フットOジュニア世界選手権大会
AsOC：	フットOアジア選手権大会
AsJYOC：	フットOアジアジュニア・ユース選手権大会
EOC：	フットOヨーロッパ選手権大会
WCup：	フットOワールドカップ
WUOC：	フットO世界大学選手権大会
WRE：	ワールドランキングイベント（WOC、WCup、AsOCを含む）
WRP：	ワールドランキングイベントにて選手に付加されるポイント

L：           ロングディスタンス  
M：           ミドルディスタンス  
R：           フォレストリレー  
S：           スプリント  
KS：          ノックアウトスプリント  
SR：          スプリントリレー  
F：           フォレスト

9. JWOC2023代表選考に関わる走力基準：

		男子		女子	
		基準タイム	加点タイム	基準タイム	加点タイム
U20 (19-20歳)	3000m	<b>0:11:00</b>	0:10:00	<b>0:12:30</b>	0:11:30
	5000m	<b>0:19:10</b>	0:17:30	<b>0:21:40</b>	0:20:00
	10000m	<b>0:40:00</b>	0:36:40	<b>0:45:00</b>	0:41:40
U18 (17-18歳)	1500m	<b>0:05:30</b>	0:05:00	<b>0:06:15</b>	0:05:45
	3000m	<b>0:11:30</b>	0:10:30	<b>0:13:00</b>	0:12:00
	5000m	<b>0:20:00</b>	0:18:20	<b>0:22:30</b>	0:20:50
U16 (-16歳)	1500m	<b>0:05:45</b>	0:05:15	<b>0:06:30</b>	0:06:00
	3000m	<b>0:12:00</b>	0:11:00	<b>0:13:30</b>	0:12:30
	5000m	<b>0:20:50</b>	0:19:10	<b>0:23:20</b>	0:21:40

※2022年1月1日以降の記録。

※正式な記録会のものでなくて良いが、その場合は立会人を置くこと。

以上