

参加クラスを決めるためのヒント

### 1. 優勝設定時間根拠

優勝設定時間は年代別の速度比率で算定します。この換算表をプレ全日本に使用した結果を別に示しますので、参考にしてください。(黄色の塗りつぶし部分はマスターズの実施基準による比率で、エリートと若手の比率は独自に算出したものです。)

各年代の理想的なトップ選手の想定タイムになりますので、いわゆるトップクラスの技術を持つ選手が存在しない年代、もしくは年代のトップ選手が年齢の若いクラスに出てしまった場合や、若手のトップ選手が一つ上のクラスに出てしまった場合はそのクラスの実際の優勝時間が延長します。Aクラスにおいては各年代のチャンピオンを決めるにふさわしいコースを設定しますので、コース設定においてこれらの要素は考慮しません。

従ってプレ全日本の45Aのように優勝者のタイムが競技時間を超えてしまい、完走者なしという可能性もあります。

自分の技術をしっかり考慮して参加クラスを選んでいただくとともに、十分に体調を管理してご参加くださるようお願いいたします。

B、Cクラスは各年代の速度比率をそのまま生かし、技術レベルを下げたものになる予定ですが、年齢区分が広いため、比率をどの年代に合わせるかは安全確保の観点から今後さらに検討します。12、10、Nクラスは基本的に初心者対象ですので、優勝設定時間の設定は困難です。2・3kmのコースとなる予定です。

### 2. 各年齢で選択できるクラス

21歳以上：A（レベル6）、B（レベル4）、C（レベル3）、N（レベル2）

20-19歳：21A（レベル6）、20A（レベル5）、20B（レベル4）、20C（レベル3）、N（レベル2）

18-16歳：20A（レベル5）、18A（レベル4）、20C（レベル3）、N（レベル2）。

15-13歳：18A（レベル4）、15A（レベル3）、N（レベル2）

12-11歳：15A（レベル3）、12（レベル2）

10歳以下：12（レベル2）、10（レベル1）

### 3. レベルの簡単な説明（詳しくは指導者教本を参照ください。）

※レベル2では道の上または道から見える範囲にコントロールが置かれる。

※レベル3では、レグの途中は道および明瞭な線状特徴物を用いて進み、コントロールに到達する際に見通しの良い森を進む場合がある。また森をショートカットしたほうが速いレグがある。等高線の読み取りはできたほうが良いが必ずしも必要ではない。

※レベル4は大きな尾根や谷を等高線から読み取ること、コンパスを使って大きな特徴物に向かって一定の方向に進む課題がある。簡単なエリアでは見通しの悪い森を使用するこ

ともある。

※レベル5は大きな尾根線や谷線から離れた場所にもコントロールが置かれる。コンパスと地形読みを同時に使う必要がある。見通しの悪い森も使われる。

※レベル6では斜面を横切って進む課題、高さを維持して走る課題、微妙に方向を変えながら進む課題、小さな特徴物をつなぐ課題などが加わる。技術的に最上級のレベルである。