

# 2026年に向けた活動方針

2025.9.28 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

ジュニア小委員会

## 1. ヴィジョン

欧州中堅国と同等の競技力を目指し世界に認知されるとともに、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。

2026年はスプリントWOCの開催となるが、2027年のフォレストWOCの準備も並行して強化を進めていく。2026年に開催される国際大会(AsOC、WCup、WUOC、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)活動にも注力していく。

## 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

○Division目標

男子：Division2への昇格

女子：Division2を堅持(IOF発表のWOC2025の結果発表(2026年1月見込み)でDivision3になっていれば、再昇格とその堅持)

○個人種目：25位

男女とも2人以上の予選通過

○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、日本の男子はDivision3、女子はWOC2023の成績によりDivision2への昇格を果たした。男子がDivision2への昇格を果たすためには、23位と24位がDivision2に昇格できるので、24位が目標となる。

### 2.1.2 2026年WOC(スプリント、2026年7月6日～11日、イタリア) 2027年WOC(フォレスト、2027年8月9日～14日、ハンガリー) における目標

#### ○スプリント個人種目：

35位(伊部38位@WOC2022、近藤KS25位(←QF5位)@WOC2024)

S、KSそれぞれ男女とも1人以上の予選通過

#### ○スプリントリレー種目：

20位(19位相当@WOC2022、22位@WOC2024)

アジア、北米、南米、アフリカ地域の中でトップ

#### ○フォレスト個人種目：

40位(稲毛40位@WOC2021ミドル、稲毛41位@WOC2023ロング、伊藤樹44位@WOC2023ミドル、伊藤樹44位@WOC2023ロング)

ミドル男女とも1人以上の予選通過

#### ○フォレストリレー種目：

男子：22位(Division2を意識、24位@WOC2025)アジア、北米、南米、アフリカ地域の中でトップ

女子：22位(Division2を意識、20位@WOC2023)アジア、北米、南米、アフリカ地域の中でトップ

### 2.2 AsOC(2026年11月(詳細日程未定)、中国 桂林)

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 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。

### 2.3 WCup(4月スイス(S)、5月スウェーデン(S)、8月チェコ(F)、9月リトアニア(F)) 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。

### 2.4 JWOC(2026年6月28日～7月4日、スウェーデン)

大会の位置づけ：本大会は20歳以下という年齢制限が設けられているため、多くの選手にとっては最初で最後の出場機会となる。そのため、初回出場となる選手については、世界レベルの舞台を経験すること自体に大きな意義があり、これを通じて得られる経験を、以降の競技人生におけるWUOCやWOCでの成果へと結び付けることが期待される。一方、出場二回目以降の選手に対しては、各種目における日本

人歴代最高順位の更新など、具体的かつ高い目標を掲げて取り組ませ、その成果をさらに WUOC や WOC における競技成績に波及させることを重視する。なお、これら具体的な目標については、ジュニア小委員会および強化委員会が遠征チームに対し適宜設定する場合がある。

## 2.5 AsJYOC (2026 年 11 月 (詳細日程未定)、中国 桂林)

大会の位置づけ：結果を重視すべき大会であり、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。本大会の直前ではなく、原則として JWOC と同時期（～5 月上旬）に代表選手を決定し、国内合宿等で時間をかけて強化を行う。

○M/W20、M/W18、M/W16 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。

○M/W14 は IOF の競技規則に掲載されていないため、このクラスが設定される場合は個別に対応する。

## 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優先的に参加できる。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。

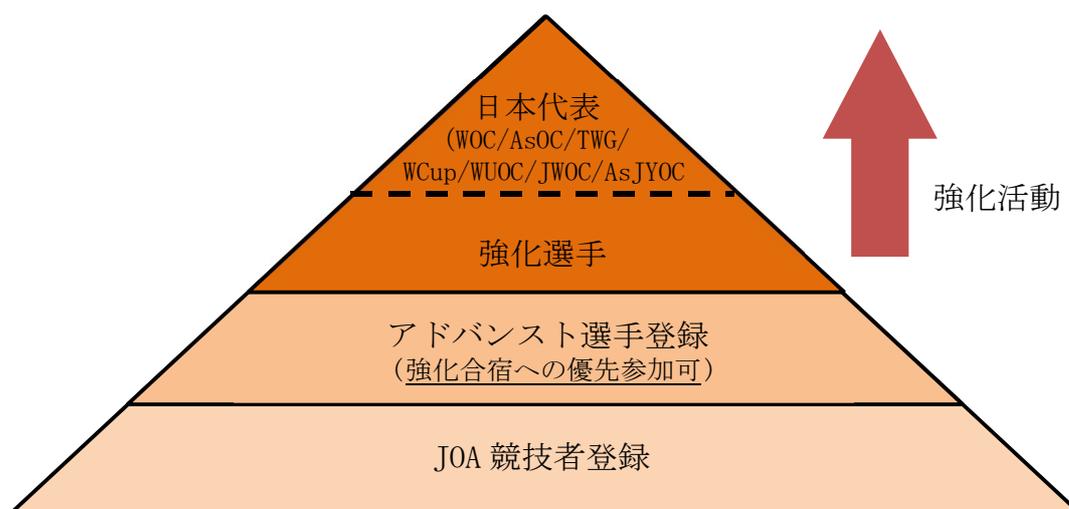


図 1 日本代表、強化選手とアドバンスト選手登録の概念図

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/AsOC/ TWG/WCup/WUOC	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：2006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。

フォレスト強化選手については、従来からの強化選手枠に加え、U-25（2001年1月1日以降生まれ）の強化選手枠を設け25歳以下の選手から2名程度を指定する。（従来からの強化選手枠で25歳以下の選手が指定された場合も、U-25の強化選手枠数は維持する）

また、ADV登録された選手の中から、JWOC/AsJYOC（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 + U-25男女各2名程度）
- 2 スプリント強化選手（特に制限なし）
- 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。WCupの参加料も強化委員会が負担する。

### 3.3 強化選手の指定

「強化選手指定要領」を参照のこと。

## 4. 日本代表の選考

今回より別のドキュメントとし、イベント毎に管理する。

### 4.1 代表選考に関する補足

各種国際大会の代表選考においては、選考会や参考レースの結果に加え、選手の実力を長期的に安定して評価できる日本ランキングを今後も活用していく方針である。日本代表を目指す選手には、日頃から日本ランキングで上位を目指すことを意識して取り組んでほしい。

さらに、世界レベルのレース経験を積むことは非常に重要であり、海外レースへの挑戦を推奨している。国内の大会に出場できない海外在住の選手も考慮し、世界ランキング順位、および、WRポイントについても引き続き代表選考に活用していく。

## 5. 今後の具体的活動

### 5.1 フォレスト強化方針

WOC2025 直前ではあったが、北欧フィンランドのテレインに対応するため、一部の代表選手にはフィンランド人からのコーチングを実施した。一定の効果を得られたが、短期のコーチングでは限界があるため、長期的に外国人コーチからのフィジカル強化も含めたコーチングを取り入れていくことを検討している。詳細は決まり次第公開する。

従来から実施している下記活動も継続する。

- ・JOA 合宿を計画的に開催する
- ・地域クラブ等の協力を得て合同練習会を実施する。

### 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、2024年強化方針と同様に走力重視を強化方針の柱とする。WOCで戦うためには標準1のタイムが必要レベルであり、あくまでも標準1のタイムを目指すこと。

走力標準（3000m、5000mのいずれかを満たすこと）

標準1 標準2

女子 3000m 11:00 11:26

5000m 19:00 19:45

男子 3000m 9:05 9:21

5000m 15:35 16:03

(2025年1月1日以降の記録。

但し、大学2年以下のものは高校時代の記録でも可)

下記活動にも注力していく。

- ・地域クラブ等の協力を得ながら、スプリント練習会の機会を増やす。
- ・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 ジュニア強化方針

ジュニア選手の目標となる JWOC および AsJYOC いずれにおいても海外の代表選手と競うためには最低限のフィジカル（すなわち走力）は必須である。フィジカル面の指針として JWOC 代表選手選考会に出場するための 3000m 等の走力基準タイムを設定するが、原則として強化委員会が合宿等の走力強化機会を提供することは行わない。ジュニア選手個人では練習することが難しいフォレストの技術面強化に重点的に取り組む。なお、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。

### 5.4 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。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）

11月3日(月・祝)	F 練習会(CC7 アフター)	長野県
4月4日(土)～5日(日)	F 合宿	静岡県
5月2日(土)～4日(月・祝)	F 合宿	栃木県
6月13日(土)～14日(日)	F 合宿	静岡県
10月	F 合宿	日程・開催地未定

S 練習会は、随時頻繁に開催予定。

(S 練習会：スプリント練習会、F 練習会：フォレスト練習会、F 合宿：フォレスト合宿)

### 5.5 WOC2026 に向けた推奨イベント

WOC2026 を目指す選手および代表選手には、2025/9/29-10/5 トレキャン&PreWOC（イタリア）、2026/3/9-3/22 トレキャン（イタリア）、2026/5/13-17 トレキャン&セレレース（イタリア）、および WCup を含むスプリント WRE への参加を推奨する。

### 5.6 WOC2027 に向けた推奨イベント

WOC2027 を目指す選手および代表選手には、いずれもハンガリー国内開催の 2026/6/6-9 トレキャン、2026/10/3-6 トレキャン、2027/4 トレキャン、2027/7 セレレースへの参加を推奨するが、新たなコーチング体制発足後、上記イベントへの参加形態等については、決まり次第公開する。

## 5.7 強化指定と ADV 選手登録

スプリント強化指定            随時申請受付、随時指定  
(指定期間は WOC2026 終了まで)

フォレスト強化指定            2025 年 11 月 25 日申請受付締切、12 月中旬指定  
(指定期間は WOC2027 終了まで)

U-20、U-18 強化指定          2025 年 12 月 31 日申請受付締切、1 月上旬指定  
(2026 年 1 月からの新たな強化指定期間は AsJYOC2026 終了まで)

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、2026 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：「2026 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

2025/9/25-29	WCup2025 Round 3	スイス	S, KS, SR
2025/9/29-10/5	WOC2026 トレ、Pre WOC	イタリア	S, KS, SR
2025/10/4	全日本ミドル	栃木県	M
2025/10/5	全日本ロング	栃木県	L
2026/2/8	全日本スプリント	兵庫県	S
2026/3/9-3/22	WOC2026 トレキャンプ	イタリア	S

2026/4/12	選考会(富士山麓大会 2026)	静岡県	F
2026/4/24-26	WCup2026 Round 1	スイス	S, SR, KS
2026/5/13-17	WOC2026 トレ、セレレース	イタリア	S
2026/5/27-31	WCup2026 Round 2	スウェーデン	KS, S, S
2027/6/6-9	WOC2027 トレキャンプ	ハンガリー	F
2026/6/28-7/4	JWOC2026	スウェーデン	S, SR, L, M, R
2026/7/6-11	WOC2026	イタリア	S, KS, SR
2026/7/27-8/1	WUOC2026	ポルトガル	M, R, S, SR
2026/8/5-9	WCup2026 Round 3	チェコ	L, M, R
2026/9/23-27	WCup2026 Round 4 & EOC	リトアニア	L, M, R
2027/10/3-6	WOC2027 トレキャンプ	ハンガリー	F
2026/11	AsOC2026 & AsJYOC2026	中国	S, M, R
2027/4	WOC2027 トレキャンプ	ハンガリー	F
2027/7	WOC2027 セレレース	ハンガリー	F
2027/8/9-14	WOC2027	ハンガリー	L, M, R

注記：

WOC：	フット0世界選手権大会
AsOC：	フット0アジア選手権大会
TWG：	フット0ワールドゲームズ(The World Games)
WCup：	フット0ワールドカップ
EOC：	フット0ヨーロッパ選手権大会
WUOC：	フット0世界大学選手権大会
JWOC：	フット0ジュニア世界選手権大会
AsJYOC：	フット0アジアジュニア・ユース選手権大会
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

以上