

<<ロゲイニング競技規則>>

●コース上のチェックポイントを指定された時間内に見つけることにより得点が与えられる。得点はチェックポイントへの到達の難易度により異なる。チェックポイントは任意の順番にまわることができる。より多くの得点を獲得したチーム、もしくは同点の場合にはより早くフィニッシュしたチームが上位となる。

※「コース」とは、ロゲイニング競技時間中にチームで移動する場所全てを指す。ただし、主催者により指定された競技外地区やアクセス道路を除く。

●コース上に持ち込むことのできるナビゲーション用具は、競技地図、方位磁石および時計である。本大会ではこれら以外のナビゲーション用具としてGPS受信機、万歩計、高度計をコース上に持ち込むことを許可する。競技地図に示される情報以外の追加情報のある地図の持ち込みは許可しない。

●クラス毎に制限時間を設ける。選手や各チームの走者は制限時間までにフィニッシュを通過しなければならない。制限時間を超過した場合は10秒につき1点の減点とする。また制限時間を30分以上超過した場合は**失格**となり、係員の指示に従わなければならない。

●競技中、各選手は下記に示された装備品を常に携帯しなければならない。

必携品：①ホイッスル、②熊鈴、③携帯電話（参加同意書に番号を記載したもの）、④ココヘリ

※ ③と④はチームで最低1台

●スタート前チェックおよびフィニッシュ後、またレース中であっても抜き打ちで**必携品の確認**を行う。係員から提示を求められた場合は速やかに従わなければならない。**必携品**に不備がある場合は**失格**となる。

●参加者は自力で移動しなければならない。動力の付いた移動手段や、自転車、カヌー、馬などを利用した移動は許可しない。

●コース上では、チームの構成員は、互いに声の聞こえる範囲内で行動しなければならない。この点について主催者あるいは他チームから確認された場合には実証しなければならない。

●チームは他人から助力、協力を受けてはならない。また、故意に他チームに続いてはならない。

●チームで使用する目的で、競技前にコース上に食料や用具を置いてはならない。また、競技中に全ての食料や用具をコース上で捨ててはならない。

●主催者は、コース上に給水所、給食所などは設けない。本大会では参加者はコース上にある公衆用の販売（売店、自動販売機など）は利用をしても良い。ただしゴミは捨ててはならない。

●参加者は、故意にチェックポイントなど主催者によってコースに設置された設備に危害を加えてはならない。

●各チェックポイントの通過証明はEMIT社製emiTagを使用する。競技中に計測器を紛失した場合は失格となる。

●競技者が棄権を希望する場合には、近くの係員にその旨を報告し、計測器を提出すること。

●遭難信号を聞いた競技者は、競技を中断し、必ず救助活動を行わなければならない。これらの救助活動中に発生する競技規則違反は罰則として競技者に課せられない。

●参加者は農地や植林地、主催者により指定された立入禁止区域を横断してはならない。本大会では競技地図に記載された道路、道、小道、小径以外は通行してはならない。競技中は交通規則を遵守しなければならない。

●競技規則に違反したり、係員の指示に従わなかったりした競技者は失格となることがある。

●競技者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について、主催者は一切その責任を負わない。

＜＜マウンテンマラソン競技規則＞＞

●本規則は 2026 年 9 月 27 日実施の「北海道アウトドアフェスティバル 2026 in ルスツ」について規定したものである。

●この規則は公益社団法人日本オリエンテーリング協会が制定した「日本オリエンテーリング競技規則」を元に、これを拡張したものである。

「定義」

マウンテンマラソンとは、競技者が地上に印されたいくつかの地点（コントロール）を、地図を使用して、可能な限り短時間で走破するスポーツである。競技者とは、出場を認められた個人あるいはペアをいう。

「適用」

本規則は、北海道アウトドアフェスティバル 2026 in ルスツに適用される。

●コース上に持ち込むことのできるナビゲーション用具は、競技地図、方位磁石および時計である。本大会ではこれら以外のナビゲーション用具としてGPS受信機、万歩計、高度計をコース上に持ち込むことを許可する。

●クラス毎に制限時間を設ける。また一部のクラスには関門閉鎖時刻を設けることがある。選手や各チームの走者は制限時間までにフィニッシュおよび関門を通過しなければならない。制限時間までに通過できなかった場合は**失格（途中棄権）**となり、係員の指示に従わなければならない。

●競技中、各選手は下記に示された装備品を常に携帯しなければならない。

必携品：①ホイッスル、②熊鈴、③携帯電話（参加同意書に番号を記載したもの）、④地図、⑤雨具、⑥行動食（水分）、⑦ライト、⑧ココペリ

また、下記の装備品を携帯することを推奨する。

推奨品：⑨マイカップ

●スタート前チェックおよびフィニッシュ後、またレース中であっても抜き打ちで**必携品の確認**を行う。係員から提示を求められた場合は速やかに従わなければならない。**必携品**に不備がある場合は**失格**となる。

●ストック（ポール）や杖の使用を許可する。

●主催者はエイドステーションに給水・給食を設ける。主催者は**エイドステーションにカップを準備していないので、各自でマイカップの準備を推奨**する。

●選手は、主催者によって指定されたコースに従って走行しなければならない。コースは、主催者より配布される**地図によってのみ表示され、現地には誘導に関するものは一切設置しない**。また主催者側が競技運営上のチェックとして制限を設けている場合は、それに従わなければならない。

●競技者は他人から助力、協力を受けてはならない。

●競技者は故意にチェックポイントなど主催者によってコースに設置された設備に危害を加えてはならない。

●チェックポイントの通過証明はEMIT社製Ecardを使用する。競技中に計測器を紛失した場合は失格となる。

●競技者が棄権を希望する場合には、近くの係員にその旨を報告し、計測器を提出すること。

●遭難信号を聞いた競技者は、競技を中断し、必ず救助活動を行わなければならない。これらの救助活動中に発生する競技規則違反は罰則として競技者に課せられない。

●競技者は農地や植林地、主催者により指定された立入禁止区域を横断してはならない。競技中は交通規則を遵守しなければならない。

●競技規則に違反したり、係員の指示に従わなかったりした競技者は失格となることがある。

●競技者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について、主催者は一切その責任を負わない。

<<トレイルランニング・ヒルクライム競技規則>>

●主催者によって定められた山岳コースにて、個人単位またはチーム単位のタイムレース方式とする。所要時間の短い選手またはチームが上位となる。

●クラス毎に制限時間を設ける。また一部のクラスには関門閉鎖時刻を設けることがある。選手や各チームの走者は制限時間までにフィニッシュおよび関門を通過しなければならない。制限時間までに通過できなかった場合は**失格（途中棄権）**となり、係員の指示に従わなければならない。

●競技中、一部のクラスの各選手は下記に示された装備品を常に携帯しなければならない。

必携品：①ホイッスル、②熊鈴、③携帯電話（参加同意書に番号を記載したもの）、④雨具

また、下記の装備品を携帯することを推奨する。

推奨品：⑤行動食（水分）、⑥マイカップ

※各クラスの必携品は以下の表に示す。（●は必携品、○は推奨品）

クラス	①ホイッスル	②熊鈴	③携帯電話	④雨具	⑤行動食 （水分）	⑥マイカップ
16km	●	●	●	●	○	○
4km	●	●				
キッズ						
ヒルクライム						

●スタート前チェックおよびフィニッシュ後、またレース中であっても抜き打ちで**必携品の確認**を行う。係員から提示を求められた場合は速やかに従わなければならない。**必携品**に不備がある場合は**失格**となる。

●ストック（ポール）や杖の使用を許可する。

●主催者はエイドステーションに給水・給食を設ける。主催者は**エイドステーションにカップを準備していないので、各自でマイカップの準備を推奨**する。

●選手は、主催者によって指定されたコースに従って走行しなければならない。コースは、**青**のストリーマーおよび、方向指示看板によって表示されている。また主催者側が競技運営上のチェックとして制限を設けている場合は、それに従わなければならない。

●競技者は他人から助力、協力を受けてはならない。

●タイムの計測は **EMIT 社製 Ecard** もしくは **EMIT 社製 emiTag** のどちらかを使用する。競技中に計測器もしくは emiTag を紛失した場合は失格となる。

●競技者が棄権を希望する場合には、近くの係員にその旨を報告し、計測器を提出すること。

●遭難信号を聞いた競技者は、競技を中断し、必ず救助活動を行わなければならない。これらの救助活動中に発生する競技規則違反は罰則として競技者に課せられない。

●競技規則に違反したり、係員の指示に従わなかったりした競技者は失格となることがある。

●競技者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について、主催者は一切その責任を負わない。

<<ラン&ビバーク競技規則>>

●『ラン&ビバーク』とは、ロゲイニングとマウンテンマラソンを**無補給**で楽しむ北海道オリエンテーリング協会オリジナルプログラムである。競技中に**装備のデポジットはできない**。キャンプ用具を含め、全ての機材を携行して行動しなければならない。

●「ラン&ビバーク」の総合成績は、「DAY1 のポイント」と「DAY2 のポイント」の合算で、より多くの得点を獲得したチームとする。もし同点の場合にはDAY2 でより早くフィニッシュしたチームが上位となる。

「DAY1 のポイント」＝**ロゲイニングの獲得得点**

「DAY2 のポイント」＝(2000)－(マウンテンマラソンのタイム－1時間)(単位秒)／10

※スタート時の持点は2000点で1時間後から10秒につき1点ずつ減点される

●DAY1 のロゲイニングは、<ロゲイニング競技規則>に沿うものとする。ただし、参加者はコース上にある公衆用の販売(売店、自動販売機など)の利用は禁止する。

●DAY2 のマウンテンマラソンは、<マウンテンマラソン競技規則>に沿うものとする。ただし、主催者はエイドステーションを設けない。

●競技中、各選手は各競技で示された装備品を常に携帯しなければならない。加えて、下記に示された装備品を常に携帯しなければならない。また、キャンプ用具を含む全ての装備品を競技中は携行しなければならない。

必携品：①ホイッスル、②熊鈴、③携帯電話(参加同意書に番号を記載したもの)、④地図、⑤雨具、⑥行動食(水分)、⑦ライト、⑧ココヘリ、⑨ライト&予備電池(12時間以上使用可能なもの)、⑩寝袋、⑪ファーストエイドキット、⑫エマージェンシーシート、⑬ライト&予備電池、⑭食料(36時間分)＋予備の1日分、⑮クッカー・燃料(調理が可能なもの)、⑯テントまたはシェルター(※四方を風から遮る構造のもの)

※ ③、④、⑭、⑮と⑯はチームで最低1台

※ ⑯について2026年大会の開催エリアの環境特性を考慮して、以下の宿泊装備の基準を設ける

- ・チームで1つのテントまたはシェルターを携帯すること
- ・強い風雨に耐えられる幕営装備であること
- ・自立式で強風に強いテントを推奨
- ・床のないシェルター、ツェルト等を使用する場合は、必ず別途グラウンドシートを併用すること

●スタート前チェックおよびフィニッシュ後、またレース中であっても抜き打ちで**必携品の確認**を行う。係員から提示を求められた場合は速やかに従わなければならない。**必携品**に不備がある場合は**失格**となる(競技終了時にも予備の1日分の食料の携行が必要である)。

●コース上では、チームの構成員は、互いに声の聞こえる範囲内で行動しなければならない。この点について主催者あるいは他チームから確認された場合には実証しなければならない。また、競技中だけでなくキャンプ中も体調の異変や緊急事態に迅速に対応できるように、1つのテントに2人で宿泊することを原則とする。

●チームは他人から助力、協力を受けてはならない。

●チームで使用する目的で、競技前にコース上に食料や用具を置いてはならない。また、競技中に全ての食料や用具をコース上で捨ててはならない。なお、**DAY1 の野営地で水のみ補給可能とする**。

●競技者は故意にチェックポイントなど主催者によってコースに設置された設備に危害を加えてはならない。

●タイムの計測は**EMIT 社製 Ecard** もしくは**EMIT 社製 emiTag** のどちらかを使用する。競技中に計測器を紛失した場合は失格となる。

●競技者が棄権を希望する場合には、近くの係員にその旨を報告し、計測器を提出すること。

●遭難信号を聞いた競技者は、競技を中断し、必ず救助活動を行わなければならない。これらの救助活動中に発生する競技規則違反は罰則として競技者に課せられない。

●競技者は農地や植林地、主催者により指定された立入禁止区域を横断してはならない。競技中は交通規則を遵守しなければならない。

●競技規則に違反したり、係員の指示に従わなかったりした競技者は失格となることがある。

●競技者が自分自身・あるいは第三者に与えた損害・損失等について、主催者は一切その責任を負わない。

<<ローカルルール>>

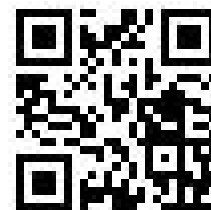
- 今回のコースでは交差する場合、特別な理由がない限り**左側通行**とする（危険回避行動等ではその限りではない）。前走者を追い抜く場合は、事前に声をかけ、**右側から追い抜くこと**を基本とする。声をかけられた競技者は、左側によけることを基本とする。
- タイム計時の方法は**電子式計測器（EMIT 社製 Ecard または emiTag）**を使用する。また各コースの通過証明も電子式計測器で行う。**タイムの計測および各チェックポイントの通過確認は選手の自己責任で行う**。Ecard または emiTag でタイムおよび通過確認ができない場合は、参考タイムまたは失格となることもある。なお競技中に電子式計測器を紛失した場合は失格となる。

クラス	マウンテン マラソン	トレイルランニング			ヒル クライム	ラン & ビバーク
	37km	16km	4km	キッズ		DAY2
通過確認のための チェックポイント数	15	12	5	2	0	当日 公開

<<EMIT 社製 Ecard・emiTag>>

※スタート周辺に見本があります。必ず確認をしてください。

※Ecard の使い方説明動画（Youtube です）→→
<https://youtu.be/zKx7BoeoTfk>→→



<<野外活動における遭難信号>>

- 10 秒に 1 回の割合でホイッスルを鳴らし（または何らかの大音響を立てる）、6 連続後は 1 分休み、これを繰り返します。夜間は同様のリズムで発光信号を発します。この方法は世界共通で、ホイッスル・声・鏡による太陽光の反射・ヘッドライト・火などが使えます。
- 遭難信号に気づいた場合は同様に、20 秒に 1 回の割合でホイッスルを鳴らし（または何らかの大音響を立てる）、3 連続後は 1 分休み、これを繰り返すという方法で相手に応えます。夜間も同様のリズムで発光信号を発します。これで応答信号となります。

<<マナー>>

- 競技者はコース上にゴミを捨ててはならない。
- 競技者は競技会場で火を扱ってはならない。ただし、ラン&ビバークは野営地での使用は認める（野営地でも焚火は禁止）。
- 競技者はコース上でタバコを吸ってはならない。
- 競技者は植物あるいは動物の生態系を過度に破損・妨害してはならない。

<<競技の中断または中止判断基準>>

- 下記の理由により、主催者が大会の開催、継続が困難と判断した場合、大会を中断または中止します。
 - （1）気象警報：羊蹄山麓に大雨、洪水、暴風警報のいずれかが発令された場合
 - （2）公的機関から中止要請がある場合
 - （3）気象条件や他の条件により、主催者が大会の開催、継続が困難であると判断した場合
 - ・雷が近いとき
 - ・崖崩れ、落石、暴風、倒木など、競技者とスタッフの安全を確保できないとき
 - ・荒天下などで競技者の通過によって自然環境を損なう可能性があるとき
 - ・その他、主催者が中止すべきだと判断したとき
- 大会の中止・中断の判断は、大会公式サイトなどで発表します。