

オフィシャルのお言葉@夏が終わっちゃったよ

2008/08/28 一橋&津田塾オフィシャル(26期) 丹羽 史尋

時候の挨拶的な

夏場所も、夏合宿も、CC7もみんな終わっちゃいましたね。しかも最近雨ばかりで涼しいし…秋ですねえ…月見団子食べたいですね…

まあ、夏休み、自分は1日しかありませんでしたが、CC7がめっちゃ楽しかったので満足です！ポティーボードまでもってって泳いぢゃったし！CC7もなんだかめちゃくちゃ熱い展開だったし！！

さて、なんでオンライン版で会報書いてるかって言うと、秋合宿を有効活用できるように秋合宿前に1記事書いておきたかったからです。まあ、携帯でもpdfが見られる時代だし、家でも学校でもネカフェでもどっかではパソコン使えるだろうし、現役は調査とか忙しそうな時期だし、めんどい印刷とかしないでもいいよね？と。

本題

さて、なぜ秋合宿が重要か？秋以降、オリエンの機会は増えます。その気になれば毎週オリエンできるくらい。ただし、それらのほとんどは“試合”です。ってことは、とりあえず、一人で、誰かに指定されたコースを走るわけで、ほかの人に見てもらおうとか、自分の課題にあわせてコースを選ぶとかそういうことがしにくいわけです。その一方で秋合宿は前の2日間は丸々練習です！ここで一気にうまくなって秋以降、もっと楽しくオリエンができるようにしませんか？

先輩とかOB・OGも積極的に利用してみましょう。いいチャンスです。たぶん大学とか肩書きにも（優先はあるかもしれないけど）そこまで縛られずに指導してくれるはずですよ。

とりあえず、出席出てるほかのOB紹介。といっても、みんな夏合宿来てたからもう知ってますかね～
浜端さん：ばったさん：23期：十文字コーチ：女子大コーチですが、大抵の男子現役より速いです。

西郷：ドン：26期：十文字オフィシャル

太田(恒平)：タコヘイ：26期：女子コーチ(?)

あと、27期もろもろも、会内杯の準備に余裕があったら手伝ってくれるかも???

ん～男子新入生とかのコーチが足りなめな気が…つま、上級生が何とかしてくれるはず？

んで、練習を効果的にするためにも、今、自分に何が足りなくて、何をこの合宿のこのトレインで練習したいかっていうのを合宿前に一応考えといてください。そのほうが“とりあえず走って体力つけてみよう”“とりあえず地図読みしてみよう”っていうより、効果は上がるはずですよ。いや、とりあえずでもやらないよりはいいんだけどね。一橋・津田の人は2日目に確認するつもりなのでそのつもりでw。次ページのオリエンフローチャートとか下のアドレスに置いておいた予習用地図とかも使えたら使ってみて。

会内杯&東静戦で使う丸火自然公園の地図

2007秋会内

http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2007akikainai_WF.jpg

http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2007akikainai_WE.jpg

http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2007akikainai_ME.jpg

2006京大&00杯の地図とルート反省会資料

http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2006keidaihai_kaiseki.jpg

<http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2006keidaihai.jpg>

2005秋会内

<http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2005akikainai.jpg>

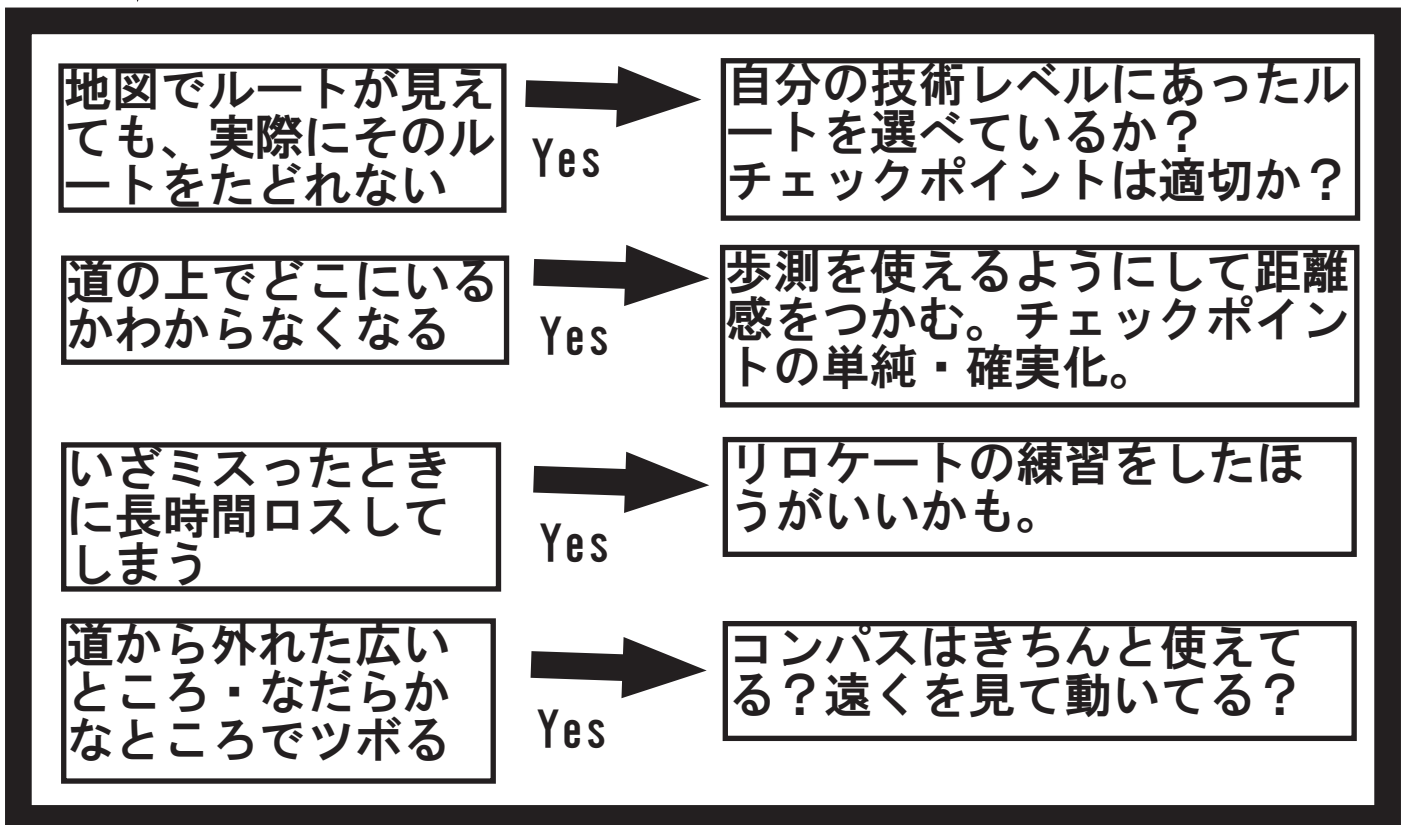
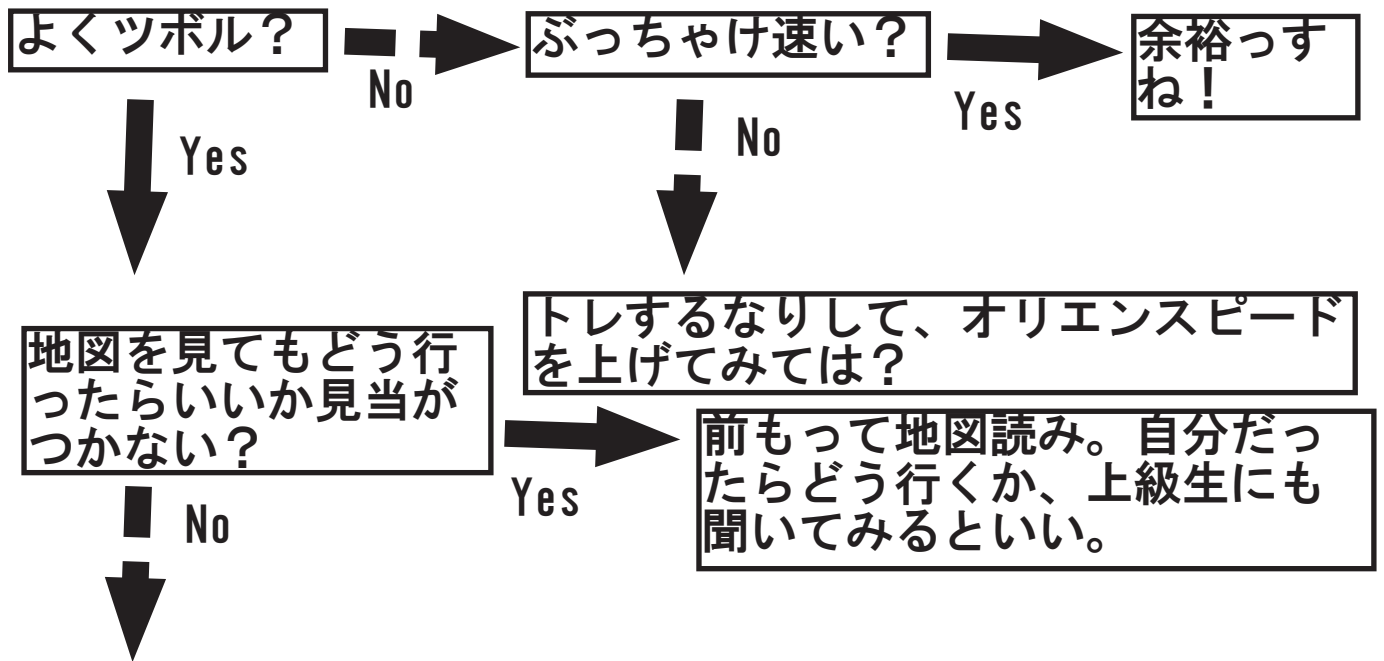
2005全日本

<http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/2005zennihon20A.jpg>

メニューで使う勢子辻の地図：2004秋会内・2006冬会内

<http://www.oti.nu/fumihiro/blog/maps/sekotsuji.jpg>

オリエンフローチャート(責任は負いません)



とりあえず、ぱっと思いついたもので作ってみました。ほかにもいろんな場合があるとは思いますが、自分で一度考えてみると自分の弱点がわかるかも？わからなかったら、ほかの人に自分のオリエンを見てもらって客観的なアドバイスもらうのもありですね。
それでは。秋合宿が有意義なものになるといいですね！
アデュ～！