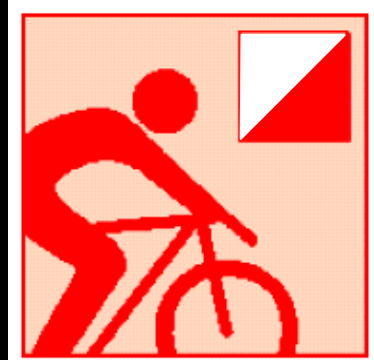


定向越野運動簡介

Orienteering

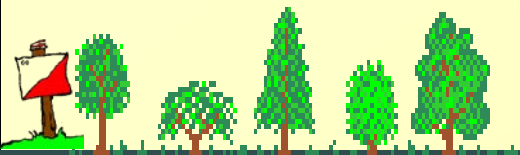


教材：中華民國鄭僥龍
定向越野協會

授課教師



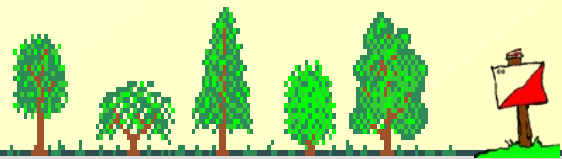
- 國立臺南大學附中 李炫皞老師
 - 中華民國定向越野協會 C 級教練
 - 資訊應用學程教師/學程主任
 - 童軍團團長/童軍社指導老師



什麼是定向越野！

Orienteering 「定向越野」運動，是一種由參與活動的人員憑藉著定向地圖及各種定向導航技術的正確使用，在活動區域內從起點逐一的到訪各個檢查點並完成註記後回到終點，以全程使用時間最少而且正確到訪各檢查點的紀錄，作為活動競賽的依據。

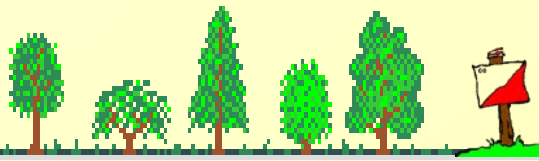




定向越野運動的由來

「Orienteering」這個名詞最早出現在1895年的瑞典，Orienteering 一詞的出現，與居住於北歐的維京人族群有關，該地區的人除了航海需要定向外，也須經常穿梭於北歐半島的廣闊土地上，該地區覆蓋著一望無際的森林，其中還散佈著無數的湖泊及沼澤與疏落的村莊，因此當地的居民需要有精確的定向技能，才不至於迷路，因此在該地區的瑞典及挪威兩國也就成了「定向越野」的先驅。





定向越野運動的名稱

O或OL是世界通用的定向越野的簡稱。

Orienteering在台灣稱為定向越野，

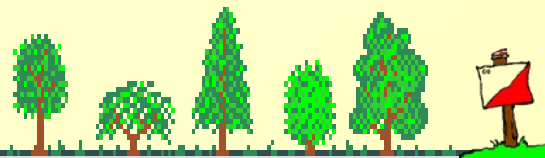
在日本稱作越野識途，在香港及海峽對岸的

中華人民共和國則是稱為定向運動，

各地都有其不同的翻譯名稱，

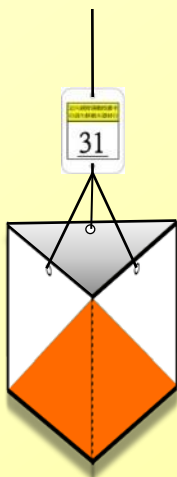
但其內在精神與運動方式都是相同的。





定向越野運動介紹

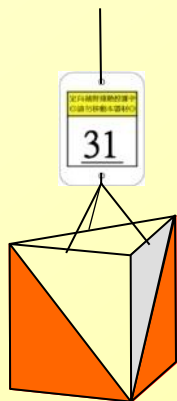
定向越野不單是靠體力的競速，它同時也須藉由臨場的路線規劃與當下路線選擇的決斷能力來完成的一種「全方位」運動及戶外休閒活動項目。





定向越野運動介紹

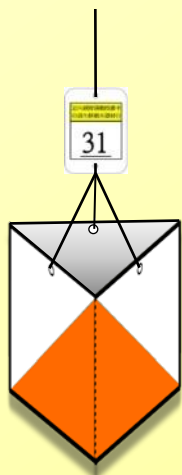
它也是一個不分男女，老少皆宜的運動！

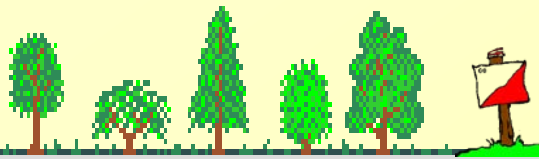




定向越野運動介紹

它也是一項可適用於日、夜及各種天候的運動！





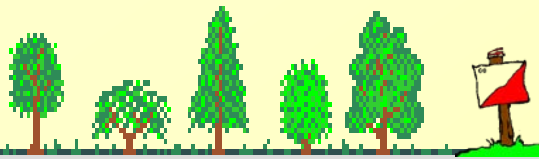
定向越野運動介紹

目前獲國際定向越野總會承認的定向越野運動專項
有下列四個項目：徒步定向（ Foot Orienteering ）



規劃方向與路徑
尋找指定的目標





定向越野運動介紹

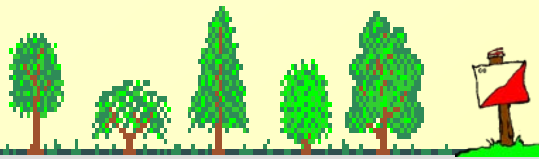


登山車定向 (Mountain Bike Orienteering)



規劃方向與路徑
尋找指定的目標





定向越野運動介紹

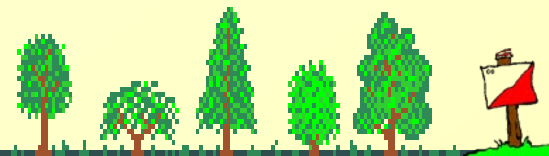


滑雪定向 (Ski Orienteering)



規劃方向與路徑
尋找指定的目標





定向越野運動介紹

沿徑定向 (Trail Orienteering)



規劃方向與路徑
尋找指定的目標

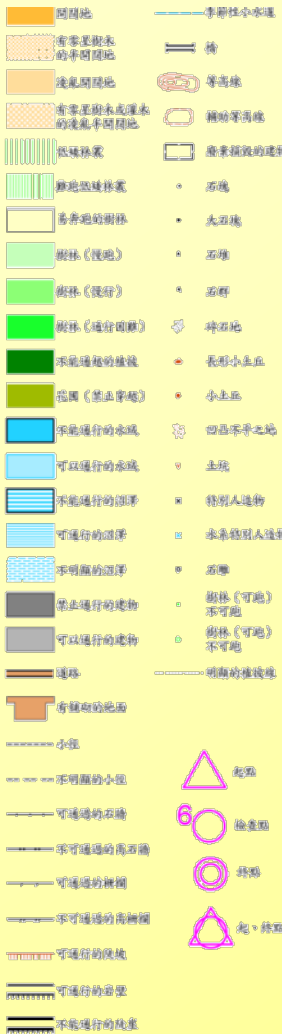


檢查點位置說明表

常見的競賽形式有 ---- 積分賽



積分賽			
序號	編號	檢查點說明	分值
1	231	道路連接處	5
2	158	山坡	10
3	268	茂密植物叢	5
4	212	灌木叢	15
5	116	水泥地	5
6	253	密林東南邊	20
7	123	特別人造物	30
8	242	特別人造物	15
9	168	山丘	20
10	288	圓形建築物	10
11	290	石塑	10
12	201	山頂	15
13	200	樹圍籬北端	20





積分賽活動基本規則



1

在活動區域內依範圍大小設置許多檢查點，並依據各檢查點所在位置的地形地貌難易程度、距離遠近等因素，而賦予每個檢查點不同的分數

參加活動的人員不需依檢查點序號逐一到訪各檢查點，參加活動的人員必須在統一限定的時間內，憑技術和體能做出判斷，選擇規劃最有利的路線到訪自己所選擇的檢查點而獲取分數，凡超過時間抵達終點者將被扣除一定的分數，成績以積分最高者為優勝。

通常限定的操作時間，刻意設計成使參加活動人員都不可能在限定的時間內到訪各檢查點取得全部的分數！

檢查點位置說明表

常見的競賽形式有 ---- 順點賽



順點賽

序號	編號	檢查點說明
1	31	高塔
2	32	圍欄
3	33	特別人造物
4	34	獨立樹
5	35	道路連接處
6	36	建築物東角

最後檢查點距終點尚有120公尺





順點賽活動基本規則



必需依地圖內各檢查點的序號順序，逐一到訪各檢查點並完成註記，以能正確完成整個賽程並耗時最少者為優勝。

國際定向競賽都以順點式為正式比賽項目。

專業運動員的競技運動項目



健康休閒的戶外活動



培養青少年的思維邏輯能力



增進親子間的良性互動



建立隔代教養的互動關係



適合各種年齡層同場競技休閒

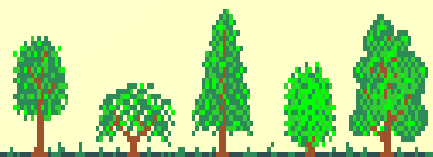


適合年長者戶外走動式的健康活動



提供肢體障礙朋友有益身心的戶外活動





定向越野在國際間的重要賽事

世界盃定向越野錦標、分站賽

2009年7月世界運動會—高雄市

2009年9月聽障奧運賽—台北市

2014年10月全民運動會—嘉義市



世界運動會

世界大學運動會



定向越野運動相關器材

定向越野運動地圖

勘查與測繪：鄭俊龍
電腦製圖：鄭俊龍
繪製軟體：OCAD 8.0
製作日期：95年7月

圖例

- | | | | |
|-----------|---------|-----------|---------|
| 開闢地 | 危險區域 | 石牆 | 大石 |
| 有凌散樹木的空曠地 | 禁止通行 | 高石牆 | 塑像 |
| 樹林(可跑) | 可穿越的建築物 | 圍欄 | × 特別人造物 |
| 樹林(慢跑) | 建築物 | 高圍欄 | † 墓 |
| 樹林(慢行) | 湖/池塘 | 纜車/索道 | 矮樹叢 |
| 植被(通行困難) | 橋 | 小溪 | 獨立樹 |
| 底層植被(慢跑) | 道路 | 水溝 | △ 起點 |
| 底層植被(慢行) | 三合土地 | 不能通過的陡峭地形 | ◎ 終點 |
| 果園 | 泥路 | 等高線 | △ 起、終點 |
| | 小徑 | 穿牆點 | ○ 檢查點 |
| | 不明顯的小徑 | | |

0m 100m 200m 300m

地圖比例尺：1/7500

等高線間隔：5公尺



東勢林場定向越野運動地圖

Dong-Shih Forest Orienteering Map

2010東勢林場定向越野賽暨AsOC國手選拔



0m 50m 100m 150m

比例尺 1:4000
等高線 2.5公尺



勘查測繪：鄭俊龍
電腦製圖：鄭俊龍
繪製軟體：OCAD 8.0
繪製日期：2008年10月
修圖日期：2010年01月
地圖規範：ISSOM
賽程設計：鄭俊龍

M21E	3.450	190
▷	◇	
1 50	⌒	⌒
2 66	⌒ ⌒	⌒
3 58	⌒ ⌒	⌒
4 32	⌒ ⌒	
5 40	⌒ ⌒	
6 54	⌒	
7 70	⌒	
8 68	⌒	
9 45	⌒	
10 34	⌒ ⌒	
11 42	⌒ ⌒	
12 37	⌒	
13 39	⌒	
14 41	⌒ ⌒	
15 31	⌒	
16 56	⌒	♂
17 71	⌒ ⌒	
18 52	⌒	
19 55	⌒	⌒
20 200	⌒	⌒
⌒	50	⌒

R1

R2

R3

圖例



勘測繪：鄭俊龍
電腦製圖：鄭俊龍
繪製軟體：OCAD 8.0
製作日期：2012年02月
繪圖規範：ISOM 2000

臺南走馬瀨農場定向越野運動地圖

TAINAN TSOU-MA-LAI FARM ORIENTEERING MAP

Scale 比例尺 1 : 7,500

Contour Interval 等高線垂直高度 5M



規劃方向與路徑
尋找指定的目標



積分賽-A 限時60分鐘

序號	編號	檢查點位置說明	分值
起點		鋪設地面	
1	42	巨石西側	20
2	61	建築物西側	50
3	32	建築物西北側	10
4	56	林投叢東南端	30
5	54	大石頭西北側	50
6	40	蓄水池與建築物中間	30
7	50	建築物西北角外	10
8	53	步道與道路連接處	10
9	58	指示牌	10
10	47	陡壁下	20
11	43	建築物南側	10
12	41	大樹頭	10
13	63	樹圍轉彎處	20
14	33	建築物南側	10
15	68	獨立樹北側	10
16	60	大樹頭	20
17	55	指示牌	10
18	36	巨石西側	20
19	39	巨石北側	50
20	52	獨立樹西北側	20
21	38	雕塑物東北側	30
22	57	小獨立樹東側	50
終點		鋪設地面	

總分：500分

參加活動人員必須於規定時間內
親自回到終點繳交核對卡！



0 100 200 300 400 500



起點

序號
檢查點

終點



起、終點

農場地址：臺南市大內區二溪里唭子瓦60號
連絡電話：(06)576-0121~3, 576-0280~4
網址：www.farm.com.tw



嘉南藥理科技大學定向越野運動地圖

Chia Nan University of Pharmacy & Science Orienteering map

校園定向地圖

比例尺 1:3000 等高線2公尺



規劃方向與路徑
尋找指定的目標

A-4		1.660			
▷		/	/	Y	
1	70	◇			
2	52	■			└
3	40	⊗	⊗		≡
4	33	⊗			○
5	61	△			○
6	67	•			○
7	62	↑			
8	47	↗			<
9	64	○			
10	42	⊗			○
11	49	↖			┌
12	45	⊗			└
80					

- 圖例**
- 開闊地
 - 有零星樹木的半開闊地
 - 雜草開闊地
 - 有零星樹木或灌木的雜草半開闊地
 - 低矮林叢
 - 難跑低矮林叢
 - 易奔跑的樹林
 - 樹林(慢跑)
 - 樹林(慢行)
 - 複雜植被(通行困難)
 - 禁止通行的植被
 - 限制區(禁止通行)
 - 禁止通行的水域
 - 可以通行的水域
 - 禁止通行的濕地
 - 可以通行的濕地
 - 不明顯的濕地
 - 禁止通行的建築物
 - 可以通行的建築物
 - 道路
 - 有鋪砌的地面
 - 小樹、矮樹叢
 - 獨立樹
 - 突出的植被特徵
 - 明顯的植被線
 - 穿越點
 - 臨時禁區
- 圖例**
- 等高線
 - 輔助等高線
 - 可以通行的石牆
 - 禁止通行的石牆
 - 可以通行的圍欄
 - 禁止通行的圍欄
 - 可以通行的土坡
 - 可以通行的陡壁
 - 禁止通行的陡壁
 - 可以跨越的水道
 - 禁止跨越的水道
 - 水系特別人造物
 - 水坑
 - 有水的淺窪地
 - 橋
 - 大石
 - 巨石
 - 石堆
 - 石群
 - 碎石子地
 - 長形小土丘
 - 小土丘
 - 凹凸不平地面
 - 土坑
 - 淺窪地
 - 土堤
 - 特別人造物
 - 石塑物(雕像、紀念碑)
 - 石坑
 - 起點
 - 檢查點與序號
 - 終點
 - 起、終點

中華民國定向越野協會
www.orienteering.org.tw
勘測繪圖：鄭俊龍
電腦製圖：鄭俊龍
繪製軟體：OCAD 8.0
製作日期：2011年05月
地圖規範：ISSOM2007

製作日期：2011年05月
地圖規範：ISSOM2007

起、終點



彰化縣100年定向越野運動體驗營

彰化縣中山國民小學 定向越野運動地圖



順點賽-第1組

第1組		0.790
序號	編號	檢查點位置說明
起點		穿堂中央
1	54	石塑物西側
2	60	樹籬轉彎處
3	53	獨立樹南側
4	55	大石頭北側
5	51	獨立樹南側
6	67	獨立樹北側
7	66	灌木叢南側邊緣
8	57	獨立樹西側
9	68	獨立樹南側
10	58	建築物東南角外
11	52	噴水池東側
12	69	開闊地轉角處
13	65	開闊地轉角處

最後檢查點距離終點尚有100公尺

規劃方向與路徑
尋找指定的目標



中華民國定向越野協會
www.orienteeing.org.tw

圖例

- 開闊地
- 鋪設地
- 禁止通行的建築物
- 可以通行的建築物
- 灌木叢
- 限制區
- 禁止通行
- 通行容易的樹林
- 禁止跨越的水池
- 階梯、樓梯
- 雕塑物、紀念碑
- 籃球架、大花盆
- 太陽能燈
- 石椅
- 噴水池
- 儲水桶
- 禁止通行的圍欄
- 低矮圍欄(欄杆)
- 禁止通行的陡壁
- 矮石牆
- 大獨立樹
- 小獨立樹
- 大石頭



勘測繪：鄭僥龍
電腦製圖：鄭僥龍
繪製軟體：OCAD 8.0
製作日期：2011年09月
地圖規範：ISSOM 2007

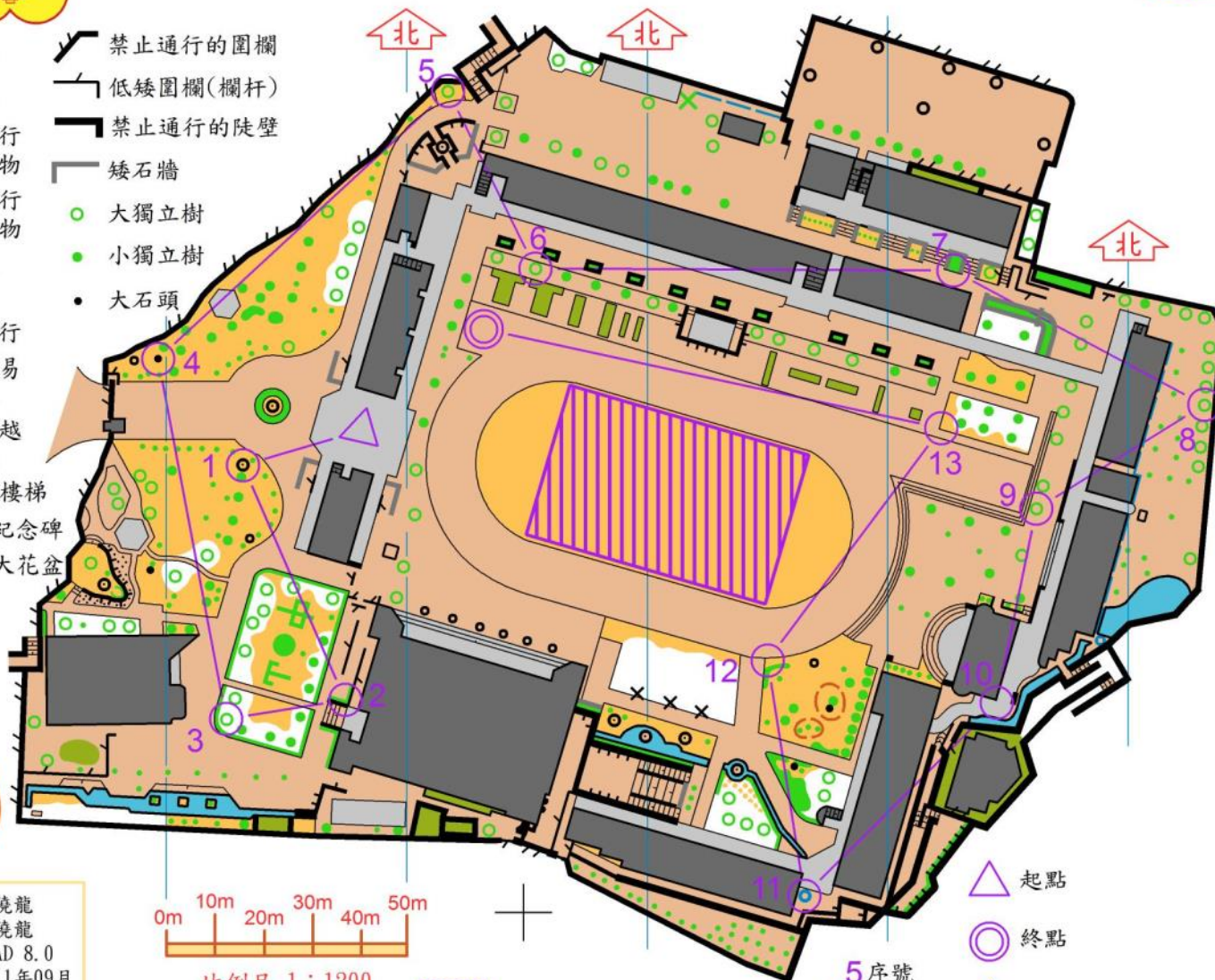
0m 10m 20m 30m 40m 50m

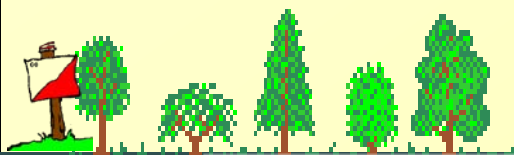
比例尺 1 : 1200



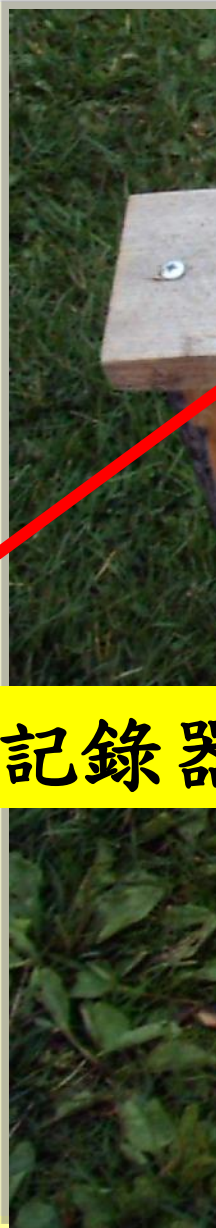
禁區-禁止通行穿越

- 起點
- 終點
- 5序號
- 檢查點
- 起、終點



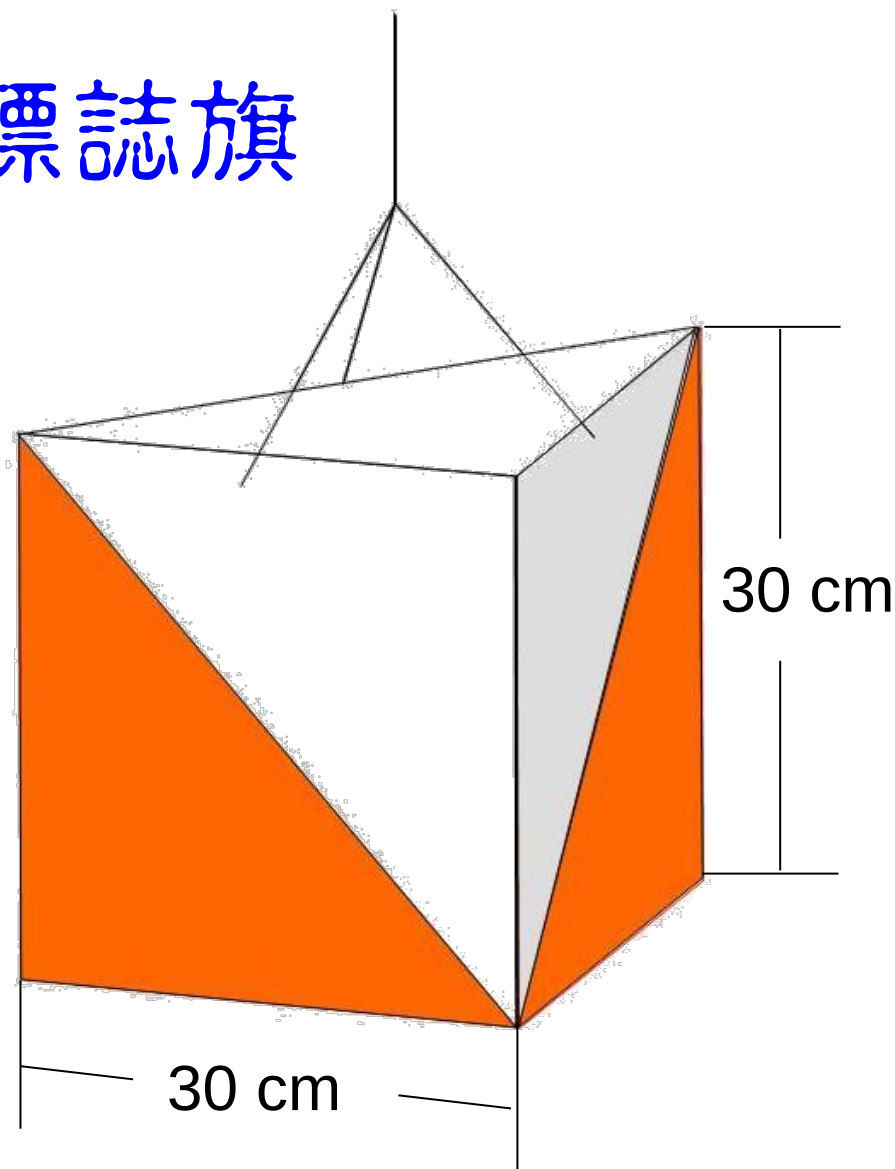


定向越野運動相關器材 - 檢查點



電子記錄器

標誌旗



打孔器

查點編號

標誌旗



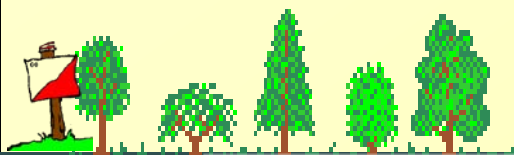
定向越野運動的相關器材

電子打卡系統 檢查點感應器 紀錄器



將指卡置入記錄器感應孔
約0.5秒鐘即可完成記錄

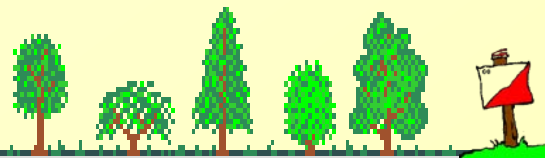




定向越野運動相關器材 - 檢查點

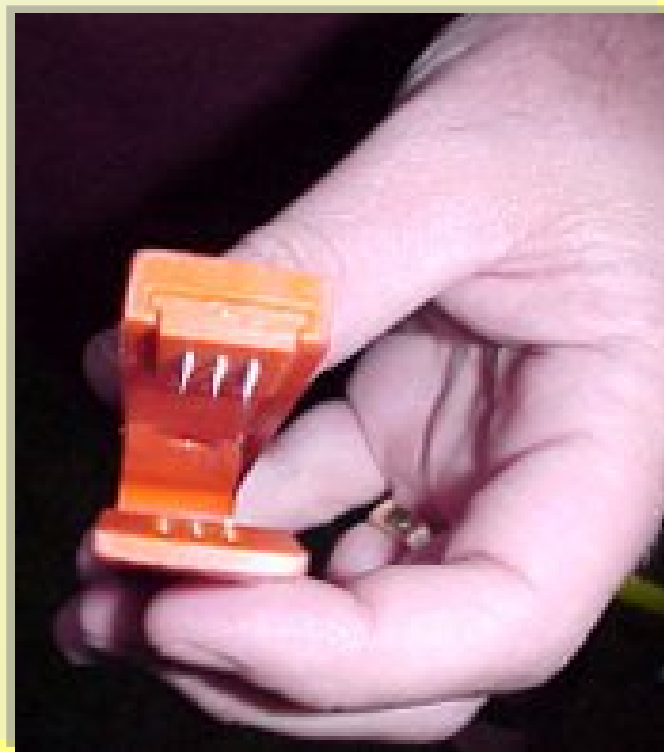


打孔器



定向越野運動的相關器材

手動打孔器





傳統可移動式檢查點



定向越野運動



定向越野運動

立樁式常設檢查點





傳統式檢查點打孔器使用

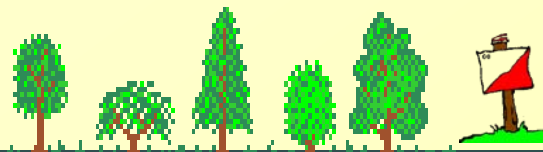
立樁式-常設檢查點

打孔器(固定於樁柱頂端)

樁柱四面皆有
標誌圖樣

檢查點編號





定向越野運動核對卡

定向越野運動核對卡

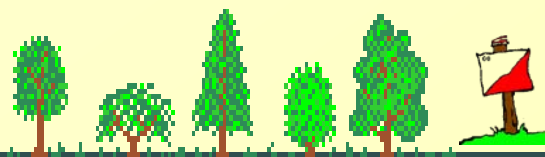
參加活動人員出發後
必須回到終點報到

日期 DATE	_____
組別 CLASS	號碼 NO. _____
姓名 NAME	_____

名 次 POSITION	_____
終點時間 FINISH	: : _____
出發時間 START	: : _____
使用時間 TIME	: : _____

21	22	23	24	25	26	27	R1	R2	R3
21	22	23	24	25	26	27	R1	R2	R3
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

到訪各個檢查點記錄使用



定向越野運動的個人裝備

一般的運動服裝

