

규정 코드	A04(대한오리엔티어링연맹)	최종 제.개정일
규정 명칭	MTB 오리엔티어링 경기규정 SKI 오리엔티어링 경기규정 Trail 오리엔티어링 경기규정	2004. 2. 14 제정 2013. 4. 01 개정

## (A04-1) MTB 오리엔티어링 규정

### 제 1 장 MTB O 총 칙

#### 제1조 (MTB O 목적)

Foot(표준)오리엔티어링을 준수하고 추가로 MTB O 경기에 대한 규정을 정함으로서 준비하는 운영자, 경기자의 행동을 명문화하여 명료하고 공정한 경기를 하고자하는 것을 목적으로 한다.

#### 제2조 (MTB O 규정의 적용)

이 규정은 국제오리엔티어링연맹(이하 IOF)의 MTB O 경기 규정과 대한오리엔티어링연맹 대회 규정의 Foot(표준) O 규정을 기준으로 적용한다.

### 제 2 장 MTB O 대 회

#### 제3조 (MTB O 대회의 종류, 선택, 대회 인준, 구분)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제 3 장 MTB O 운영자

#### 제4조 (MTB O 대회의 지형과 환경)

1. 지형은 적당한 MTB O 경기 코스를 설정할 수 있어야 한다.
2. 경기 구역은 다른 품질의 오솔길과 트랙이 넓게 망을 포함해야만 한다.
3. 트랙과 지정한 코스의 밖으로 질주는 기본적으로 주최자나 주최 측의 원칙으로 허가한 사항이 아니라면 금한다.

#### 제5조 (MTB O 대회의 O-지도)

1. MTB O 지도 축척은 Sprint 1:5,000, 1:7,500, 1:10,000, Middle & Relay 1:10,000, 1:15,000, Long 1:15,000(승인 하에1:20,000 사용가능)이다.
2. 경기 지도에는 컨트롤 순번 옆에 기호를 인쇄해야 한다.
3. 대회 운영자의 승인이 없이 경기 당일에 선수나 팀 임원에 의한 어떠한 지도의 사용도 불가하다.
4. 경기 O-지도 크기는 A4가 이상적이다.

#### 제6조 (MTB O 대회의 코스)

1. 표준 코스는 국제 MTB O 대회의 중요한 부분이다. 선수들의 길 찾기 능력, 집중력 그리고 자전거 질주 능력 이 시험 된다. 모든 코스는 각각의 다른 기술들을 요구 한다. 코스는 경

기를 통해 특별히 수준 높은 집중력, 상세한 지도 읽기 능력, 연속된 판단 능력 등이 요구된다.

모든 구간은 루트 선택의 변화주어야 하며 최대의 경기자의 안전을 보장해야 한다.

2. 예상 우승 시간이 다음과 같도록 코스를 설정한다.(단위 : 분)

- ① Ultra long distance MTB O    남 120-140    여 100-120
- ② Long distance MTB O            남 90-110    여 70-90
- ③ Middle distance MTB O        남 50-60    여 40-50
- ④ Sprint MTB O                    남 20-30    여 20-30
- ⑤ Relay의 한 Leg                   남 50-60    여 40-50

3. 개인 경기에서 Control조합은 선수들 마다 다르게 한다. 그러나 선수들이 모두 같은 거리를 경기하도록 해야 한다.

4. 릴레이 경기에서 각 팀들은 다르게 조합된 코스를 달리지만 모든 팀들이 같은 거리의 코스에서 경기 하도록 해야 한다. 만약 지형이나 코스가 설정이 가능하다면 각 주자들의 경기 거리는 현저하게 다르게 한다. 그러나 예상 우승 시간은 준수토록 한다.

### 제7조 (MTB O 대회의 공고, 클래스)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제8조 (MTB O의 출발 운영 기준)

1. 모든 선수들은 출발지역에서 최소한 45분의 방해 받지 않는 출발 준비, 몸 풀기를 할 수 있어야 한다. 이 장소에는 아직 출발하지 않은 선수와 팀 임원만이 출입이 가능하다.

2. 선발 경기에서 결승의 첫 번째 출발은 선발 경기 마지막 출발로부터 최소한 3.5시간 후에 시작되어야 한다.

3. 출발은 출발 시간 전에 몸 풀기 장소 끝에서 미리 출발하는 방식으로 진행 할 수 있다. 만약 미리 출발하는 방식이라면 경기 시간을 볼 수 있는 시계가 팀 임원과 선수에게 보여 져야 하며, 선수의 이름을 부르거나 표시되어야 한다. 미리 출발 한 후에는 오직 출발 선수와 진행자에 의해 승인된 홍보 기자만이 접근이 가능하다.

4. 출발 시에 시계는 경기 시간이 선수에게 보여 져야 한다. 만약 미리 출발이 없다면 선수의 이름을 부르거나 표시되어야 한다.

5. 출발 장소는 출발 대기 선수나 다른 사람들에게 지도, 코스, 루트 선택, 첫 번째 Control의 방향을 알 수 있게 하면 안 된다. 필요시 출발지에서 출발지점까지 유도루트를 설정할 수도 있다.

6. 릴레이 경기는 아래에 준한다.

① 경기에서 다음선수의 출발은 전 선수와의 터치에 의해 이루어져야 한다.

② 진행자는 선수의 교대를 못한 팀의 다음 선수의 출발을 단체 출발로 진행할 수 있다.

③ 릴레이 팀이 실격되거나, 위원회에서 실격 처리 했을 경우 그 팀의 출발하지 않은 선수의 출발은 허용되지 않는다.

④ 교대 구역에서 출발하는 선수는 들어오고 있는 선수의 도착에 대해 미리 알고 있어야 한다.

⑤ 릴레이에서의 동시출발 구역은 공정하고 자전거를 타는 사람의 안전한 출발을 위하여 충분히 넓게 준비해야 한다. 더 할 나위 없이 언덕 경사도는 최소 20미터는 되어야 한다. 동시 출발의 경기자는 앞에 지도와 함께 자전거 뒤 약 50미터 라인 선상에 있어야 한다. 출발을

알리면 지도를 잡고 자전거로 달린다.

#### 제9조 (MTB O 컨트롤위치설명)

1. 기본적으로 MTB O 에서는 사용하지 않는다.
2. 길을 벗어난 컨트롤을 사용하는 경기는 설명표를 작성해야 한다.

#### 제10조 (MTB O 컨트롤의 설치)

1. 모든 컨트롤은 주최 측 경기 규정에 다른 방법이 명시되지 않았다면 트랙이 경기 지도에 표시되어야 한다.
2. 만약 우승 예상 시간이 30분 이상이면 우승자 속도 기준으로 최소한 매25분마다 음료가 제공되어야 한다.
3. 컨트롤 높이는 경기자가 확인이 쉽도록 적당한 높이에 설치되어야 한다.

#### 제11조 (MTB O 편칭기구와 편칭)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### 제12조 (MTB O 배번)

1. 배번은 25cm X 25cm 보다 크지 않아야 하고 최소한 10cm의 높이를 가져야 한다.
2. Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### 제13조 (MTB O 제한구역, 유도구간)

1. 대회 진행 연맹에서 지정하는 보호해야 하는 환경 및 그와 연관된 사항, 위험사항 등을 원칙적으로 대회와 관련하여 모든 사람으로부터 엄격하게 주의해야 할 사항이 있을 때 적용한다.
2. 경계 밖이나, 위험 지역, 금지된 루트, 지나갈 수 없는 선, 등에 대한 자료는 미리 제공하고, O-지도에 표시해야 한다. 필요시에는 실제 지형에도 표시해야 한다. 선수들은 이러한 지역이나 루트는 지나가거나 들어가서는 안 된다.
3. 트랙과 지정한 코스 밖으로 질주는 기본적으로 주최자나 주최 측의 규칙으로 허가한 사항이 아니라면 금한다. 이 규칙은 바꿀 때는 경기 지침으로 순조롭게 출발할 때 오솔길 사이로 운반 하거나 걸을 때 허가를 받아야 한다. 주최자는 책임자가 사용하는 이 규칙을 시도할 때 주최 측의 요구에 따라야 한다. 코스 설정자는 이 규칙이 위반을 최소화되도록 충분한 숙지가 되도록 설정해야 한다.
4. 강제적인 루트, 교차로, 통행로 등은 지도와 실제 지형에 알아보기 쉽게 표시되어야 한다. 선수들은 경기 코스에 설정된 구역을 지켜야 한다.
5. 자동차 도로를 횡단하는 지점에서는 운전자와 경기자에게 위험을 표현해 주어야 한다.

#### 제14조 (MTB O의 종료와 기록)

1. 도착 전 또는 릴레이에서의 지도 교환 장소는 6-9m넓이와 200m는 되어야하며, 도착 구역은 100-150m로 가능한 한 직선이어야 한다. 도착구역은 3m의 2개 색상 레인으로 표시하며, 경기에 지장이 없도록 잘 보이게 한다.
2. 종료 선은 6-9m로 들어오는 방향의 오른쪽에 설치되어야 한다. 정확한 종료선의 위치는 접근하는 선수에게 확실하게 보여야 한다.
3. 선수가 종료 선을 지난 후 선수는 Control 카드와 카드를 담은 봉투까지, 제출해야 하여 진행자의 필요시 경기 지도도 제출해야 한다.

4. 손으로 시간을 잴 때 시간은 경기자의 앞 타이어가 선을 통과 할 때이다. 가벼운 빔을 도착 시간을 잴 때 그 시간은 몸에 닿는 시간이다. 빛이나 사진으로 시간을 잴 때는 지면에서 15cm의 높이어야 한다.

5. 시간은 초단위로 반 내림 한다. 기록은 시간, 분, 초 또는 분과 초 두 가지로 표시 한다.

6. 두 개의 별도 시간 측정 기구를 사용하여 경기 전체의 시간을 계속해서 기록한다. 시간 측정 기구는 같은 클래스 선수의 서로간의 기록을 측정한다. 최소한 0.5초 이상의 정밀도를 가져야 한다.

7. 단체 출발이나 Chasing출발의 경우 종료 심판관이 결승 등수를 결정한다.

#### **제15조 (MTB O 성적과 게시, 시상, 대회 결과 보고)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### **제 4 장 MTB O 경기자**

#### **제16조 (선수 등록, 대회 참가)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### **제17조 (MTB O 경기자의 보조기구)**

1. 딱딱한 보호용 헬멧, 부드러운 안대 형 보호 장비를 기본적으로 경기하는 동안 내내 착용해야만 한다.

2. 도로에 맞는 자전거로부터의 안전은 경기자와 팀에 있다.

3. 옷의 선택은 자유로 한다.

4. 경기자는 컨트롤을 출발하여 끝날 때까지 자전거를 타고, 밀고 운반해야 한다. 경기 동안 장비나 여분 장비를 운반해야 한다. 그러나 다른 사람이나 다른 경기자가 운반해 주는 것은 인정치 않는다.

#### **제18조 (MTB O 컨트롤 카드와 편칭 운영)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### **제19조 (MTB O 이의 제기와 대상)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### **제 5 장 MTB O 판정**

#### **제20조 (MTB O 판정, 수정 편칭)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### **제 6 장 부 칙**

#### **제21조 (효력 발생)**

이 규정은 이사회 의결로 제정한다.2004. 2. 14 제정

이 규정은 이사회 의결로 개정 후 효력을 발생한다.2013. 4. 1 개정

# (A04-2) Ski 오리엔티어링 규정

## 제 1 장 Ski O 총 칙

### 제1조 (Ski O 목적)

Foot(표준)오리엔티어링을 준수하고 추가로 Ski O 경기에 대한 규정을 정함으로써 준비하는 운영자, 경기자의 행동을 명문화하여 명료하고 공정한 경기를 하고자하는 것을 목적으로 한다.

### 제2조 (Ski O 규정의 적용)

이 규정은 국제오리엔티어링연맹(이하 IOF)의 Ski O 경기 규정과 대한오리엔티어링연맹 대회규정의 Foot(표준) O규정을 기준으로 적용한다.

## 제 2 장 Ski O 대회 운영자

### 제3조 (Ski O 대회의 종류, 선택, 대회 인준, 구분)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제4조 (Ski O 대회의 지형)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제5조 (Ski O 대회의 O-지도)

1. Ski O 지도 축척은 아래와 같다.

- Long 거리 경기 - 1:15,000
- Middle 거리, 릴레이 경기 - 1:10,000
- Sprint 경기 - 1:5,000이다.

단 특별한 경우는 운영자와 본 연맹의 승인으로 Ski O 지도 축척을 결정할 수 있다.

2. 필요에 따라서는 1:12,500, 7,500을 사용할 수 있다.

3. 대회 운영자의 승인이 없이 경기 당일에 선수나 팀 임원에 의한 어떠한 지도의 사용도 불가하다.

4. 경기 지도에는 컨트롤 순번 옆에 기호를 인쇄해야 한다.

### 제6조 (Ski O 대회의 코스)

1. 표준 코스는 국제 스키오리엔티어링 대회의 중요한 부분이다. 선수들의 길 찾기 능력 인지 집중력 그리고 달리기 능력이 시험 된다. 모든 코스는 각각의 다른 기술들을 요구 된다.

Sprint경기의 경우 특별히 수준 높은 집중력, 상세한 지도 읽기 능력, 연속된 판단 능력 등이 요구된다. Long 경기는 루트 선택이 요구되며 Middle경기에는 Sprint와 Long 코스의 필요사항을 혼합한 것을 보여 주어야 한다.

2. 코스의 길이는 두 가지의 경우로 한다.

- ① 출발에서 Control을 거쳐 도착까지의 직선거리를 사용한다. 단 물리적으로 통행이 불가능한 장애물(높은 담, 호수, 절벽 등), 출입 제한 지역 또는 지도상에 표시된 루트가 있을 경

우에는 우회해서 거리를 측정한다.

② 다음은 출발에서 Control을 거쳐 도착까지의 최단의 현명한 루트 선택의 거리이다.

3. 전체 등행 거리는 가장 짧은 루트 선택에서의 등행 거리를 사용한다. 총 등행거리는 가장 짧은 루트 선택 거리에서 4% 넘지 않아야 한다.

### 제7조 (Ski O 대회의 공고)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제8조 (Ski O 대회와 날씨)

1. 주최 측은 추운 날씨의 안전에 대하여 깊게 생각하는 주요 3요소가 있다.: 온도, 지속적인 노출, 추운 날씨에 견디는 옷이나 보호의. 냉기류 요소와 같은 여러 적절한 안내로 이 요소는 추운 날씨의 결정 할 때 고려해야 한다.

2. 온도 수준이 경기자와 공식 경기를 위하여 추천하는 것은 영하 15°-20°C사이 이다.

진행은 경기 운영, 경기자의 건강, 안전의 보호에 확실히 안전해야 한다.

3. 만약 코스의 주요한 일부가 영하 20° C가 안되면 연기하거나 취소해야 한다.

### 제9조 (Ski O 대회의 클래스)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제10조 (Ski O의 출발 운영 기준)

1. 출발구격은 3m 넓이로 100-200m는 필요하다. 그리고 워밍업 장소가 있어야 한다.

2. 출발 간격에 있어 선수들은 하나의 동일한 출발 간격으로 출발 한다. 단체 출발에서는 같은 클래스의 모든 선수들이 동시에 출발 한다. 릴레이 경기에 있어서 단체 출발은 첫 번째 선수에게만 적용된다. 2명 또는 더 많은 경기자들의 동시출발은 또한 개인 경기에 적용해야 한다.

3. 출발 목록은 접수 마감 후에 만들어져야 한다.

4. 시차 출발 방식에서 출발 간격은 2분으로 한다.

5. 선발 경기 결승의 시차 출발의 출발 순서는 임의로 작성한다. 미리 작성 시에는 출발 그룹에서 작성하도록 한다.

6. 시차 출발에서 같은 연맹에서 출전한 선수들은 연이어서 출발하지 않도록 한다.

7. 선발 경기에서는 다음과 같은 조건을 만족하도록 출발 목록을 작성해야 한다.

① 가능한 많은 선수가 각각의 출발시간에 각 선발경기를 시작하도록 출발 목록을 작성하여야 한다. 다만 마지막 출발시간은 예외로 할 수 있다.

② 가능한 각각의 선발경기는 같은 난이도를 가지도록 한다.

③ 각각의 선발경기의 선수 배정은 연맹의 선수들을 가능한 각각의 선발 경기에 공평하게 분산 시키도록 만들어야 한다.

④ 같은 팀의 선수는 선발 경기에 연이어 출발하지 않도록 한다.

8. 릴레이에서 참가 한 팀의 출발 순서는 최근의 릴레이 선수권 대회의 결과로 정해진다.

최근 릴레이 선수권 대회의 기록이 없으면 알파벳 순서로 출발 순서를 정한다.

### 제11조 (Ski O 컨트롤위치설명)

컨트롤위치설명표는 사용하지 않는다.

### 제12조 (Ski O 컨트롤의 설치)

1. 모든 컨트롤은 경기 O-지도에 트랙이 표시되어야 한다.
2. 만약 우승 예상 시간이 45분 이상이면 우승자 속도 기준으로 최소한 매30분마다 음료가 제공되어야 한다.
3. 보호가 필요한 Control에는 경비가 있어야 한다.
4. 컨트롤 간의 간격은 50-100m이상을 기본으로 한다.
5. 컨트롤 높이는 경기자가 확인이 쉽도록 적당한 높이에 설치되어야 한다.

### 제13조 (Ski O 편칭기구와 편칭)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제14조 (Ski O 배번)

배번 크기는 20cmX24cm 보다 크지 않아야 하고 최소한 10cm의 높이를 가져야 한다.

### 제15조(Ski O 제한구역, 유도구간)

1. 대회 진행 연맹에서 지정하는 보호해야 하는 환경 및 그와 연관된 사항, 위험사항 등을 원칙적으로 대회와 관련하여 모든 사람으로부터 엄격하게 주의해야 할 사항이 있을 때 적용한다.
2. 경계 밖이나, 위험 지역, 금지된 루트, 지나갈 수 없는 선, 등에 대한 자료는 미리 제공하고 O-지도에 표시해야 한다. 필요시에는 실제 지형에도 표시해야 한다. 선수들은 이러한 지역이나 루트는 지나가거나 들어가서는 안 된다.
3. 강제적인 루트, 교차로, 통행로 등은 지도와 실제 지형에 알아보기 쉽게 표시되어야 한다. 선수들은 경기 코스에 설정된 구역을 지켜야 한다.

### 제16조(Ski O의 종료와 기록)

1. 도착 전 코스와 릴레이에서 교대 장소 200미터는 최소 넓이 6미터, 가능하면 9미터로 준비되며 직선으로 되어야 한다.
2. 마지막 100-150미터는 도착 구역이다. 이 구역의 시지지점은 색 라인으로 분명히 표시 되어야 한다. 이 구역은 스키에 방해되지 않게 높이 알아 볼 수 있게 하며 2개 레인(각 넓이 3m)으로 분명히 구분해야 한다.
3. 도착 구역에 들어오는 경기자는 다른 경기자가 추월하지 않는다면 여분 레인을 남겨 두어야 한다.
4. 종료 선은 뛰어 들어오는 방향의 오른쪽에 최소한 6 m(가능하면 9m) 폭으로 설치되어야 한다. 정확한 도착 레인의 위치는 접근하는 선수에게 확실하게 보여야 한다.
5. 선수가 종료 선을 지난 후 선수는 Control 카드와 카드를 담은 봉투까지, 제출해야 하고 진행자의 필요시 경기 지도도 제출해야 한다.
6. 성적은 선수의 가슴이 종료 선을 지날 때 또는 종료 선에서 편칭 했을 때까지의 시간이다. 시간은 초단위로 반 내림 한다. 기록은 시간, 분, 초 또는 분과 초 두 가지로 표시한다.
7. 가벼운 빔을 도착 시간을 잴 때 그 시간은 몸에 닿는 시간이다. 빛이나 사진으로 시간을 잴 때는 설면에서 15cm의 높이여야 한다.
8. 두개의 별도 시간 측정 기구를 사용하여 경기 전체의 시간을 계속해서 기록한다. 시간 측정 기구는 같은 등급 선수의 서로간의 기록을 측정한다. 최소한 0.5초 이상의 정밀도를 가져야 한다.

**제17조 (Ski O 성적과 게시, 시상, 결과 보고)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

**제 3 장 Ski O 경기자**

**제18조 (Ski O 선수 등록, 대회 참가)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

**제19조 (Ski O 경기자의 보조기구)**

1. 경기자의 옷과 스키용 신발의 선택은 자유이다.
2. 스키는 노르딕 스키를 착용하여야 하며 폴은 사용할 수 있다.
3. 오리엔티어링 지도를 매칭 할 수 있는 '맵 홀더'를 착용하여야 한다.
4. 기타 안전한 장비를 사용할 수 있다.

**제20조 (Ski O 컨트롤 카드와 펀칭 운영)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

**제21조 (Ski O 이의 제기와 대상)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

**제 4 장 Ski O 판 정**

**제22조 (Ski O 기본 판정, 수정펀칭 운영, 이의제기에 대한 처리)**

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

**제 5 장 부 칙**

**제23조(Ski O 효력 발생)**

이 규정은 이사회 의결로 제정한다.2004. 2. 14 제정

이 규정은 이사회 의결로 개정 후 효력을 발생한다.2013. 4. 1 개정

# (A04-3) Trail 오리엔티어링 규정

## 제 1 장 Trail O 총 칙

### 제1조 (Trail O 목적)

Foot(표준)오리엔티어링을 준수하고 추가로 Trail O 경기에 대한 규정을 정함으로써 준비하는 운영자, 경기자의 행동을 명문화하여 명료하고 공정한 경기를 하고자하는 것을 목적으로 한다.

### 제2조 (Trail O 규정의 적용)

이 규정은 국제오리엔티어링연맹(이하 IOF)의 Trail O 규정과 대한오리엔티어링연맹 대회규정의 Foot(표준) O규정을 기준으로 적용한다.

## 제 2 장 Trail O 대 회

### 제3조 (Trail O 대회의 방식)

Trail O는 아래와 같은 방식으로 할 수 있다.

1. 대회방식에 의한 분류
  - 개인(개인이 독립적으로 완수)
  - 팀(개인별 수행한 둘 또는 그 이상의 선수의 합산한 점수)
2. 대회 결과의 산출 방식에 의한 분류
  - 단독경기(단독경기의 결과는 최종 기록이 된다.)
  - 복합경기(두개 또는 그 이상의 경기 결과를 합쳐 최종 기록을 만든다. 하루 이상이나 여러 날 동안 경기가 열린다.)
3. 경기시간은 2-2.5시간이다.

### 제4조 (Trail O 대회의 선택, 인준 적용, 구분)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

## 제 3 장 Trail O 운영자

### 제5조 (Trail O 대회의 지형)

1. 지형은 적당한 표준의 Trail O 경기 코스를 설정할 수 있어야 한다.
2. 지형은 경기자가 이용할 수 있는 곳이 선택되어야 한다. 휠체어가 이동하기 쉽고, 걷기 불편한 사람들이 천천히 걸거나하는 데 지장이 없는 장소, 제한시간 내에 마칠 수 있는 적당한 장소여야 한다.

### 제6조 (Trail O 대회의 O-지도)

1. 모든 지도의 축척은 기본적으로 1:4,000로 한다. 모든 경기 지도는 동일 축척이 사용된 시간측정컨트롤(지도)이 포함된다.
2. 경기용지도와 시간측정컨트롤 용 지도가 있으나 시간측정컨트롤 지도는 지급되지 않는다.

3. 실제 지형과의 지도 오류나 변경은 사용 전 재 인쇄되어야 한다.
4. 지도에 결정점(Decision Point)은 표시되지 않는다.

### 제7조 (Trail O 대회 코스)

1. 표준 코스는 국제 트레일 오리엔티어링 대회의 중요한 부분이다. 선수들의 지도 읽기 능력, 집중력이 시험 된다. 모든 코스는 각각의 다른 기술들을 요구한다.
2. 코스의 길이는 출발에서 Control을 거치고 도착까지의 거리를 사용한다. 그 거리는 기본적으로 3,500m 이내여야 한다.
3. 경기자가 통과할 수 없는 도로 폭, 튀어 나온 뿌리, 쓰러진 나무, 표면의 돌출 면은 테이프로 현장에 표시한다.
4. 전체 등행 거리는 상식적으로 가장 짧은 루트에서의 등행 거리를 사용한다.
5. 등행거리는 거리 20m이내 경사도 14%이내이어야 한다. 횡단지역에서의 경사도는 8% 이내 이어야 한다.
6. 최소한의 깨끗한 물을 음료수로 제공해야 한다.
7. 시간측정컨트롤은 코스에 표시되지 않는다. 코스 중 일시적으로 운영된다.

### 제8조 (Trail O 대회 공고)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제9조 (Trail O 대회 클래스 구분)

1. 남, 여 구분, 연령, 신체적인 능력에 관계없이 모든 경기자는 참여할 수 있다.
2. 파라림픽(Paralympic)과 오픈으로 구분한다.
3. 파라림픽은 신체적인 활동이 어려운 자이며 기타 참가자는 오픈클래스에 해당한다. 오픈은 E, A, B, C N등으로 세분할 수도 있다.

### 제10조 (Trail O의 출발 운영 기준)

1. 출발 간격에 있어 선수들은 하나의 동일한 출발 간격으로 출발 한다.
2. 모든 선수들은 출발지역에서 최소한 20분의 방해 받지 않는 출발 준비와 몸 풀기를 할 수 있어야 한다. 출발 장소에는 아직 출발하지 않은 선수와 팀 임원만이 출입이 가능 하다.
3. 출발 순서는 주최 측에서 정한다.
4. 선수는 올바른 지도를 가질 책임이 있다. 선수의 출발 번호 또는 이름 또는 코스가 지도에 표시되어 선수가 출발 전에 확인할 수 있어야 한다.
5. 출발 목록은 미리 공지할 수 있다. 선수나 팀의 이름은 정확하게 기재하여야 한다. 만약 선수가 도착하지 못한 경우에도 이름 없이 빈칸으로 두어서는 안 된다.
6. 출발지점은 지도상에 삼각형으로 표시 된다. 만약 시간 출발이 없다면 실제 지형에는 Control 깃발을 설치한다.
7. 시차 출발 방식에서 출발 간격은 2분으로 하고 바꿀 수도 있다.
8. 진행자의 실수로 출발시간보다 늦은 선수는 새로운 출발 시간을 수정해줘야 한다.
9. 출발 운영 및 순서를 정할 때는 같은 그룹은 분산 출발토록 한다.

### 제11조 (Trail O 컨트롤위치설명)

1. B란은 영문자로 표시한 컨트롤 집단의 숫자(개수)다. 'A-C'와 같은 방식으로 표기한다.

2. 하나의 결정점으로부터 인접한 곳에 다른 결정점이 있을 때는 H란은 경기자가 결정점에서 해당 컨트롤 군을 보는 방향의 의미이다.
3. 시간측정컨트롤도 동일하게 운영한다.
4. Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제12조 (Trail O 컨트롤의 설치)

1. 지도상에 주어진 Control 지점에 실제 지형에 명확하게 설치되어야 한다.
2. 컨트롤 깃발은 매달린 형태로 결정점 근처에서 경기자에게 모두 잘 보여야 한다. 기본적으로 컨트롤 깃발은 지도의 원안의 중심에 특징물이 위치해 있어야하고 정확하게 표 현해야 하며 정답이 없는 경우도 있다.
3. 결정점은 루트를 따라 경기장에 표시하여야 하며 인근에 편치기를 비치할 수도 있다.
4. 결정점에서 컨트롤(군)의 거리도 최대 40m를 권장하며 30-50m( $\pm 25\%$ ) 범위는 넘지 말아야 하며 컨트롤 깃발은 지면에서 50cm-2.2m 이내의 높이로 설치한다.
5. 컨트롤 깃발은 결정점에서 보아 깊이에 관계없이 왼쪽에서 오른쪽으로 'A' 'B'...'F' 이 다.

### 제13조 (Trail O의 시간측정컨트롤)

1. 2, 3개의 시간측정컨트롤을 운영해야 한다. 이것들은 공식의 출발과 도착 전에 어떤 일부에 위치한다. 세밀한 특수 지도를 각 시간측정컨트롤 지도를 사용한다.
2. 컨트롤은 경기자가 앉아서 볼 수 있고 확실한 위치에 있어야 한다. 지도를 경기자가 잘 볼 수 있도록 방향, 자북선과 원, 컨트롤위치설명, 정확히 읽을 수 있도록 해야 한다.
3. 시간측정컨트롤의 시간은 정확한 대답했을 때를 표시한다. 대답은 손가락으로 지명, 시간 측정기내의 버튼 누름, 전자편칭 등의 방식으로 해야 한다. 운영자는 아니다. 제로라고 답해서는 안 된다.
4. 시간측정컨트롤 운영은 최대 1분이다. 시간과 답을 동시에 기록해야 한다.
5. 두 개 이상의 시간측정컨트롤을 운영한 경우 모든 기록은 합산한 것을 기록으로 한다.
6. 시간측정컨트롤의 운영은 아래와 같다.
  - 별도로 명시치 않았다면 아래와 같이 운영한다. 경기 중 진행자의 '시간측정컨트롤 이다.'는 안내를 받고 진행자의 지시에 따라야 한다.
    - ① 진행자의 지시에 따라 선수는 의자에 앉거나 지시 받은 장소에 정지한다.
    - ② 진행자가 「컨트롤 마커가 0개보이지요?」하고 물으면, 선수는 확인하고 「보인다.」라고 대답한다.
    - ③ 진행자가 그 계시컨트롤을 표시한 그 자리의 지도를 주면서, 시간측정컨트롤에 해당하는 정확한 컨트롤 깃발을 찾으라고 지시한다. 이 시점에서 진행자는 스톱워치로 시간(초)을 재기 시작한다.
    - ④ 컨트롤위치설명표를 잘 보고 어느 깃발이 ○표의 중심에 있는 정확한 컨트롤 깃발인지 판단한다. 회답 제한시간은 60초이며, 10초 전에 진행자가 10초 남았다고 알려 준다.
    - ⑤ 정확하다고 생각되는 컨트롤 깃발이 결정되면 「예」하면서, 지도 혹은 판에 써어진 A, B, C의 알파벳을 가리킨다. 소리 내어 말하지는 않는다. 이 시점에서 스톱워치가 정지된다.
    - ⑥ 이 기록을 컨트롤카드에 기록 정리하고 다음 컨트롤로 이동하며 계속 경기를 진행한다.
    - ⑦ 시간측정컨트롤 운영에 관한 안내만을 받고 정답이나 불필요한 질문 등은 하지 않아야 한다. 정답은 골인 후 마지막 선수만 출발하면 정답표(Solution)가 공개해야

한다.

7. 시간측정컨트롤의 운영 상 대기한 시간이 있다면 총 소요 시간에서 공제하여야 한다.

#### 제14조 (Trail O 편칭기구와 편칭)

1. 컨트롤 카드는 다음의 규정에 만족해야 한다.
  - ① 물에 젖지 않는 재질로 보호되어야 하고
  - ② 각각의 편칭 사각형은 최소한 13mm보다 커야한다.
  - ③ 두 장으로서 주 카드에 찍으면 자동으로 표시된다.
  - ④ 순번별로 6칸(A, B, C, D, E, F, Z)이 있어야 한다.
  - ⑥ 선수의 기본 정보가 명시되어야 한다.
2. 경기자에게는 두 장의 카드로 발행한다. 한 장은 도착하여 시간을 기록하고 진행요원에게 제출 한다. 다른 한 장은 마지막 출발 시간이 지난 후 돌려받아 경기자는 참고한다.
3. 편칭기는 경기자가 소지하거나 경기장 인근에 설치할 수 있다.

#### 제15조(Trail O 관련 장비나 지원)

1. 배번은 25cmX25cm 보다 크지 않아야 하고 최소한 10cm의 높이를 가져야 한다.
2. 신체적인 이동을 위한 개인 필수 장비는 별도로 지정하지 않으면 지참해도 무방하다.
  - ① Foot 장비
  - ② 휠체어, 수동이나 전기용
  - ③ 자전거, 세바퀴 자전거, handcycle
  - ④ 기타, 어떤 인정된 가동성 원조 기구
3. 기계나 전자 지원은 주행거리계나 손목시계만이 허락된다.
4. 신체적인 행동 지원을 위한 도우미를 선정하여야 한다.
5. 다음 장비는 사용할 수 없다.  
카메라, 거리측정기, 휴대폰, 지도제작용 실버 54NL 나침반

#### 제16조(Trail O 제한구역, 유도구간)

1. 대회 진행 연맹에서 지정하는 보호해야 하는 환경 및 그와 연관된 사항, 위험사항 등을 원칙적으로 대회와 관련하여 모든 사람으로부터 엄격하게 주의해야 할 사항이 있을 때 적용한다.
2. 경기장의 표시한 루트와 길 외는 모두 경계 밖이다. 어떤 추가지역, 위험 지역, 금지된 루트, 지나갈 수 없는 선, 등에 대한 자료는 미리 제공하고, 지도에 표시해야 한다. 필요시에는 실제 지형에도 표시해야 한다. 선수들은 이러한 지역에 들어가서는 안 된다.
3. 강제적인 루트, 교차로, 통행로 등은 지도와 실제 지형에 알아보기 쉽게 표시되어야 한다. 선수들은 경기 코스에 설정된 구역을 지켜야 한다.

#### 제17조(Trail O의 종료와 기록)

1. 규정 시간 2-2.5시간 안에 하여야 한다.
2. 선수가 종료 선을 지난 후 선수는 Control카드를 제출해야 하고, 진행자의 필요시 경기지도도 제출해야 한다. 컨트롤카드의 후면은 출발이 종료된 후 경기자에게 돌려주어야 한다.
3. 경기자의 실수가 아닌 경기 동안의 초과한 시간은 추가 시간은 계산하지 않는다.
4. 경기 시간 지연 경기자는 5분 지연마다 1점을 감한다.
5. 경기장내 대기하는 응급구조대와 도착의 응급처치를 할 수 있는 사람이 있어야 한다.

#### 제18조 (Trail O 성적과 게시)

1. 확실한 컨트롤 점수(시간측정컨트롤 포함)는 1점이다.
2. 시간측정컨트롤은 60초 이내에 답해야 1점이다. 시간은 초 이하도 계산한다.  
오답의 경우는 0점에 60초의 벌칙, 응답이 없는 경우는 120초를 벌칙으로 한다.
3. 여러 경기의 게시컨트롤의 모든 점수를 누적 계산된다. 종합 시간은 2/1초로 계산한다.
4. 동점, 시간측정컨트롤 시간까지 같은 경우는 공동 순위로 한다.
5. 주최 측에 의하여 무효 처리된 컨트롤은 모든 경기에서 일괄 삭제된다.
6. 경기가 진행 되는 동안 예상 기록을 종료 구역이나 집결지에 표시해야 한다.
7. 공식 기록은 모든 선수의 기록을 적당한 시간 안에 발표 한다.
8. 동일한 점수와 게시컨트롤 시간이 같을 때는 동일 장소에 게시되어야 한다. 동점인 경우 그 다음 칸은 비워 두어야 한다.
9. 모든 선수, 팀 임원, 승인된 기자에게 공식 성적 목록과 경기 지도 및 정답지도를 제공해야 한다.
10. 성적은 행사 3일안에 인터넷에 공고되어야 한다.

#### 제19조 (Trail O 시상)

1. 남자부, 여자부 상은 구분하지 않는다.
2. 만약 둘 또는 둘 이상의 선수가 같은 순위라면 동등 순위제로 한다.
3. 파라림픽과 오픈을 합한 성적의 순위, 또한 각각 분리 시상한다.
4. 파라림픽 클래스의 우승자가 대회 우승자이다.

#### 제20조 (Trail O 대회결과 보고)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제 4 장 Trail O 경기자

#### 제21조(선수 등록)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### 제22조(Trail O 대회의 참가)

1. 선수는 필요하다고 생각되면 상해 보험 등에 가입해야 한다. 모든 것의 책임은 자신의 책임 하에 경기에 참가해야만 한다. 주최 측에서 따로 정한 경우는 다르다.
2. Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

#### 제23조 (Trail O 장비)

1. 제15조와 제24조에 의한 장비와 지원자를 인정한다.
2. 배번은 무릎 아래 부착하는 것을 원칙으로 하며 주최 측에서 지정한 부위에 착용해야 한다. 배번은 접히거나 잘려서는 안 된다.
3. 선수에게 펀치기를 지급하기로 했다면 소지 관리, 운영, 반납의 책임이 있다.

#### 제24조 (Trail O 경기자의 보조<지원자>)

1. IOF나 이 규정에서 정하는 이동을 위한 개인의 장비나 지원되는 수단은 인정한다.

2. 물리적인 원조를 반아야 하는 각 경기자에게는 주최 측에서 할당하여 경기 중 도우미의 지원을 받을 수 있다. 부가적으로 주최자는 자신의 의료 동행자, 통역자의 동행을 동의 하여야 한다.

3. 지원자들은 지도 읽기, 컨트롤 확인, 분석, 선택의 협조하거나 방해해서는 아니 된다. 모든 경기장에서는 경기자 뒤에서 있어야 한다.

4. 각 선수(팀)는 팀의 지원을 받아야하는 경기자와 지원자의 담당자가 있어야만 한다.

주최자는 이용 가능한 설비에 맞는 담당자가 배치되어야 한다. 그러나 그 인원은 팀 별로 같아야 하며 4명 이하여야 한다.

#### 제25조 (Trail O 컨트롤 카드와 편칭 운영)

1. 컨트롤카드는 2매로 발행한다. 한 장은 도착하여 시간을 기록하고 진행요원에게 제출한다. 다른 한 장은 마지막 출발 시간이 지난 후 돌려받아 경기자는 참고한다.

3. 봉지에 넣는 것이 가능하나 컨트롤카드를 자르는 것은 허용되지 않는다.

4. 편칭기 운영은 대회 요강에 명시한 바로 한다.

5. 경기자는 정답을 선택하여 각 결정점을 떠나기 전에 컨트롤카드에 마킹해야 한다.

6. 경기자는 자신의 보호자 또는 진행자(타임 컨트롤)에게 선택한 마킹을 의뢰할 수 있다.

7. 기타 보조요원에게 물어서 결정하는 답도 허용하지 않는다.

8. 하나 이상의 편칭이거나 편칭하지 않으면 무효(무점수)로 한다.

#### 제26조 (Trail O 이의 제기와 대상)

Foot O 규정과 동일하게 적용한다.

### 제 5 장 Trail O 판 정

#### 제27조 (Trail O 판정, 수정 편칭)

1. 1칸(일련번호 칸)에 2개이거나 컨트롤 순번에 2개 이상의 편칭은 무효(무점수)이다.

2. 수정편칭은 인정되지 않는다.

#### 제28조 (이의제기에 대한 처리)

Foot O(표준) 규정과 동일하게 적용한다.

### 제 6 장 부 칙

#### 제29조 (효력 발생)

이 규정은 이사회 의결로 제정한다.2004. 2. 14 제정

이 규정은 이사회 의결로 개정 후 효력을 발생한다.2013. 4. 1 개정