

트레일(Trail) 오리엔티어링 경기 규정

2025. 2. 10. 제정

1장 총 칙

제1조(목적) 이 규정은 스포츠로서의 공정성을 보장하고 대회 주최자 및 참가자에게 수준 높은 트레일 오리엔티어링(이하 ‘트레일O’ 라 한다.) 대회 운영기준을 제시함으로써 연맹 공인대회의 위상을 높이는데 목적이 있다.

제2조(적용범위) ① 이 규정은 연맹 공인대회로 승인된 국내 모든 트레일O 대회에 적용한다. 공인대회가 아닌 경우에도 이 규정의 적용을 권장한다.

② 주최자는 이 규정과 상충되지 않는 범위에서 해당 대회에서만 유효한 추가 규정을 정할 수 있다. 이 경우 대회감독관의 승인이 필요하며 대회 요강에 공지해야 한다.

③ 이 규정은 모든 선수, 대회조직과 관련된 임원, 선수와 접촉하는 모든 사람에게 적용된다.

④ 선수, 주최자 및 심판은 이 규정을 해석하는 데에 있어서 스포츠의 공정성을 원칙으로 해야 한다.

⑤ 이 규정과 국제오리엔티어링연맹(이하 ‘IOF’라 한다) 경기규정과 상충되는 내용은 이 규정을 우선 적용한다.

⑥ 이 규정에 명시되지 않은 사항은 IOF 경기규정을 따른다.

제2장 일반사항

제3조(정의) ① 트레일O는 지도와 지형의 해석과 관련된 스포츠이다.

② 경기자는 지형의 길을 따라가며 일반적으로 정해진 순서에 따라 지면에 표시된 결정점을 방문하여, 제공된 지도와 나침반을 사용하여 컨트롤 설명에 정의된 대로 인쇄된 원의 중앙에 있는 여러 컨트롤 플래그들 중에서 맞는 것을 선택하는 시간을 재는 것과 점수로 기록하는 경기이다.

제4조(용어의 정의) 이 규정에서 사용하는 용어의 정의는 다음과 같다.

1. “시차 출발”이라 함은 시차를 두고 출발하는 것을 의미한다.
2. “동시 출발”이라 함은 팀 경기에서 주로 이루어지는 첫 주자 동시 출발 시 적용된다.
3. “추격 출발”이라 함은 주로 여러 날의 경기에서 누적 상위 성적순으로 출발하는

방식이다.

4. “경기자”라 함은 대회에 참가신청서를 제출하고 경기에 임하는 자를 의미한다.
5. “대회”라 함은 출발 순서 작성, 팀 임원회의, 개·폐회식 및 시상식과 같은 조직적인 사항을 포함한 오리엔티어링 행사의 모든 면을 포괄하는 것을 의미한다. 1개의 대회에는 2개 이상의 경기가 포함될 수 있다.
6. “결정점(Decision point)”이라 함은 정답을 정하기 위해 설치된 순서를 결정하는 기준점이다. 약자로 ‘DP’라 한다.
7. “정답의 순서(A~Z)”라 함은 결정점에서 컨트롤 플랙이 설치(클러스터)된 방향으로 좌측부터 우측 방향으로 보이는 순서대로 국제 음성 알파벳 알파(Alpha), 브라보(Bravo), 찰리(Charlie), 델타(Delta), 에코(Echo), 폭스트롯(Foxtrot)으로 메겨지고 답이 없는 경우는 제로(Zero)로 한다.
8. “클러스터(Cluster)”라 함은 스테이션에는 여러 개의 컨트롤 플랙이 설치되는데 그 설치된 군락의 단위별 범위를 의미한다.
9. “시간측정컨트롤(Timed control)”이라 함은 PreO경기의 일정 지점에 시트 지도에 표시된 지점과 컨트롤 위치설명에 맞는 답을 1개 당 30초 이내에 답을 정하는 방식이다. 약자로 ‘TC’라 한다.
10. “편칭시스템”이라 함은 답을 정하고 그 내용을 확인하는 행위로 수동 편 편칭 또는 전자편칭을 수행하는 것을 말한다.
11. “종이 컨트롤카드”라 함은 경기에서 답을 찍어 오는 형태의 양식을 말하며, PreO 용(A, B, C..Z란), PreO Sprint용(A, Z란), TempO용(수기로 기재함.)으로 구분하고 2매씩으로 구성한다.(별표 2~1, 2, 3 참조)
12. “스테이션(Station)”이라 함은 트레일O 경기 종목별로 찾는 컨트롤 각 지점을 의미한다. 약자로 ‘S/T’ 라 한다.
13. “정답지(Solution map)”라 함은 주최자가 코스 설정한 스테이션별로 컨트롤 플랙의 지점을 표시한 일종의 지도로 정답의 위치가 표시되어 있다.
14. “클래스(Class)”라 함은 일반적으로 성별, 나이 등으로 구분하나 트레일O에서는 Junior-20(20세 이하), 신체적인 장애가 있는 사람(P/Physically challenged)과 일반인(O/Open)으로 구분한다.
15. “무관용 거리(Zero Tolerance)”라 함은 답을 Z 로 하는 경우 문제의 정답이 정확히 위치한 중심으로 한 반경이 4m이상의 거리를 두어야 한다. 가시거리가 더 멀면 비례적으로 그 간격이 더 큰 값이어야 한다. 즉 그 범위 안에는 또 다른 컨트롤 플랙을 두면 안 된다는 의미이다. 약자로 ‘Zero-T’라 한다.

제5조(경기 유형) 트레일O 경기 유형은 다음과 같이 구분한다.

1. 경기 시간에 따라:

- 가. 주간 경기
- 나. 야간 경기
- 2. 경기 성격에 따라:
 - 가. 개인 경기
 - 나. 릴레이 경기
 - 다. 팀 경기
- 3. 경기결과 결정방법에 따라:
 - 가. 단일 경기: 한 코스의 경기
 - 나. 멀티 경기: 2개 이상 코스의 경기
 - 다. 예선 경기: 결승 경기에 진출할 자격을 결정하는 경기
- 4. 컨트롤을 찾는 순서에 따라:
 - 가. 순서가 정해진 경기
 - 나. 순서가 정해지지 않은 경기
- 5. 경기의 형식에 따라:
 - 가. PreO
 - 나. TempO
 - 다. Relay(이하 'T-Relay'라 한다.)

제3장 공인대회

- 제6조(공인대회)** ① 공인대회는 이 규정에 따라 연맹이 승인한 전국규모의 공식 대회이다.
- ② '한국트레일O대회'는 대한민국의 오리엔티어링 챔피언 타이틀을 결정하는 공식대회이다.
 - ③ 시·도 연맹은 별도의 타이틀을 결정하는 공인대회를 개최할 수 있다.
 - ④ 종목별(PreO, TempO, PreO Sprint, T-Relay 등) 별도의 타이틀을 결정하는 대회를 개최할 수 있다.
 - ⑤ 공인대회는 국가대표 선발전을 겸할 수 있다.

- 제7조(공인대회의 신청)** ① 모든 시·도 연맹은 공인대회 개최를 신청할 수 있으며, 개최 시마다 매년 신청해야 한다.
- ② 공인대회 개최 6개월 전까지 공인대회 개최신청서(별표 1)를 작성하여 연맹 사무처에 제출해야 하고 이사회의 승인으로 확정된다.
 - ③ 주최자는 승인받은 대회의 변경 또는 취소 사유가 발생했을 경우 그 내용을 즉시 공지해야 한다.
 - ④ 주최자가 이 규정, 대회 감독관의 지시 또는 신청서에 제출된 정보를 준수하지

않을 경우, 연맹 이사회는 대회를 무효화하는 제재를 할 수 있다. 이 경우 주최자는 손해 배상을 청구할 수 없다.

⑤ 연맹이 직접 주관하는 공인대회는 별도의 신청절차 없이 이사회에서 정한다. 다만, 공인대회 개최 2개월 전까지 공인대회 개최신청서(별표 1)를 작성하여 연맹 사무처에 제출하여 대회 감독관 선임을 받아야 한다.

제4장 대회조직

제8조(대회조직) ① 주최자는 대회장, 운영위원장, 실무부서 등 대회조직을 구성하여 운영한다.

② 연맹은 주최자의 대회조직 외에 대회 감독관, 심판을 임명해야 한다.

제9조(대회 감독관) ① 대회 감독관은 주최자에 대한 연맹의 공식 대리인이며, 해당 대회가 이 규정에 따라 준비되고 실시되는지 관리, 감독한다.

② 주최자는 대회 감독관 1명을 추천할 수 있고 연맹 트레일O위원회에서 최종 결정한다.

③ 대회 감독관은 트레일O 경험이 풍부한 오리엔티어링 지도사 1급 이상 자격 보유 자여야 하며, 대회 요강 발표 전에 선임해야 한다.

④ 대회 감독관은 규칙을 준수하고 운영상의 실수를 방지하며 가장 중요한 공정성을 보장해야 하며, 대회 요구사항을 충족하는 데 필요하다고 판단될 경우 조정을 요구할 권한이 있다.

⑤ 대회 감독관은 주최자와 긴밀히 협력해야 하며, 모든 관련 정보를 제공해야 한다. 대회 요강과 같은 모든 공식 정보는 대회 감독관의 승인을 받아야 한다.

⑥ 대회 감독관은 필요하다고 판단되는 횟수만큼 대회 점검을 위해 현장을 방문해야 한다.

⑦ 대회 감독관의 임무는 다음과 같다.

1. 대회 장소의 적합성 검토
2. 대회장 배치계획의 적정성 검토
3. 개회식, 폐회식, 시상식 등 절차 및 의전 계획 확인
4. 출발리스트 점검 및 승인, 출발절차와 도착 수순 확인
5. T-릴레이의 경우 경기의 구성, 출발절차, 터치 방법, 지도지급 방법, 대기 경기자 위치 등 확인
6. 사용지도의 기준 준수 여부 및 코스의 적정성 확인
7. 컨트롤 설치 위치의 적정성 확인
8. 펀칭시스템 및 기록측정 시스템의 적정성 확인

- 9. 경기자의 이동구간 내 위험요소 확인 및 안전대책 수립 여부 확인
- 10. 대회 공식 결과의 승인
- 11. 대회 종료 후 보고서 작성 제출

제10조(심판) ① 심판은 불만 사항에 대한 주최자의 결정에 대해 이의 신청을 한 경우 이에 대한 판결을 내린다.

- ② 심판은 트레일O 경험이 풍부한 심판자격 보유자 3인으로 구성한다. 심판은 모두 심판위원회에서 선임, 주최자와 다른 시·도 연맹 소속으로 한다.
- ③ 심판은 마지막 대회 요강 발표 전에 선임해야 한다.
- ④ 대회 감독관은 심판단 회의를 주관하지만 투표권은 없다.
- ⑤ 주최자 대표는 심판단 회의에 참석할 수 있지만, 심판이 결정을 내리기 전에 자리를 비우도록 요청받을 수 있다. 주최자 대표는 투표권이 없다.
- ⑥ 주최자는 심판단의 결정 사항에 따라야 한다. 예를 들어 주최자가 실격으로 처리한 선수에 대한 합격 처리, 주최자가 합격시킨 선수에 대한 실격 처리, 주최자가 합격시킨 기록에 대한 무효 처리, 또는 주최자가 무효로 선언한 기록에 대한 합격 처리 등이 포함된다.
- ⑦ 심판 구성원 모두가 참석하였을 때에만 결정사항이 유효하다. 긴급한 사안의 경우에는 심판원 과반수가 결정에 동의했을 때 예비 결정을 내릴 수 있다.
- ⑧ 심판 스스로 공평한 판정이 곤란함을 선언하는 경우 또는 임무를 수행할 수 없게 되었을 경우에는 대회감독관이 대행자를 지명해야 한다.
- ⑨ 이의 제기에 대한 판정결과에 따라서 심판단은 주최자에게 지침을 내리거나, 중대한 규정 위반을 한 사람이 있을 경우에는 연맹에서 주관하는 향후의 일부 또는 모든 대회에 대해서 출장 정지를 하도록 연맹 ‘스포츠공정위원회’에 건의할 수 있다.
- ⑩ 심판단의 결정은 최종 결정이 된다.

제4장 대회운영

제11조(클래스) ① 참가자의 성별, 연령(또는 제한)을 구분하지 않는 것을 원칙으로 한다.

- ② P(Physically challenged)와 O(Open)로 나눈다.
- ③ Junior-20(대회 해당 연도 말 기준 20세 이하 자), 성인으로 엘리트(E), 난이도나 경험을 기반(A, B, C)으로 구분한다.
- ④ Open 참가자가 많으면 연령별로 세분하여 실시할 수도 있다.

제12조(대회참가) ① 주최자는 경기 중 사고에 대비하여 보험에 단체가입해야 하며

이를 대회 요강에 공지해야 한다. 보험 가입에 필요한 비용은 참가비에 포함시킬 수 있다.

② 주최자의 과실에 의한 경우가 아닌 사고에 대한 책임은 선수 본인에게 있다.

제13조(비용) ① 대회 개최를 위한 비용은 주최자의 책임이다. 대회 비용을 충당하기 위해 주최자는 참가선수에게 참가비를 받을 수 있다.

② 선수는 대회 요강에 명시된 대로 참가비를 지불할 책임이 있다. 마감 후 지불에는 추가 요금이 부과될 수 있다.

③ 마감 후 참가 및 변경은 가능한 경우 주최자가 수락해야 하며 추가 요금이 부과될 수 있다.

④ 대회 여건상 숙박, 음식, 교통 등 부가적인 항목이 필수적인 경우 참가비에는 이러한 비용이 포함될 수 있다.

⑤ 대회 감독관의 현지 출장 여비는 2회에 한하여 연맹에서 실비로 부담하며, 현지에서의 경비는 주최자가 부담한다. 다만, 대회 감독관이 주최자 소속연맹일 경우 출장 여비는 지급하지 않는다.

제14조(대회 정보) ① 대회에 대한 정보는 대회 요강 형태로 웹사이트를 통해 공지해야 한다.

② 주최자는 대회 개최 4개월 전까지 아래의 내용을 공지해야 한다.

1. 대회 일자
2. 대회 장소 및 출입제한구역 설정
3. 지도의 축척 및 등고선 간격
4. 대회 관련 연락처(e-메일, 전화번호, 홈페이지 주소)

③ 대회 개최 2개월 전까지 아래의 내용을 공지해야 한다.

1. 상기 ②항의 내용
2. 경기형식
3. 사용할 펀칭 및 기록측정 시스템
4. 대회 감독관
5. 모집 클래스
6. 참가신청 일정 및 참가비
7. 참가 신청서 및 접수 방법
8. 참가비 입금 방법(입금계좌)
9. 경기규정(추가사항)
10. 대회장 주변 숙박 및 식당 정보(2일 이상 실시될 경우)
11. 보험 가입에 관한 사항

④ 대회 개최 1주일 전까지 아래의 내용을 공지해야 한다.

1. 상기 ②항, ③항의 내용
2. 코스 정보(코스별 우승 예상시간, 거리 등)
3. 코스 설정자, 심판 명단
4. 경기장(지형) 정보
5. 경기 복장에 대한 안내사항
6. 주의사항 및 안내사항
7. 집결지 위치 및 약도
8. 집결지 접근 방법 및 교통편
9. 경기 장소의 구 오리엔티어링 지도

제15조(참가신청) ① 참가자는 대회 요강에 제공된 지침에 따라 참가자에게 요구하는 정보를 빠짐없이 기재하여 제출해야 한다. 마감 후 참가신청은 가능한 경우 주최자가 수락해야 하며 추가 요금이 부과될 수 있다.

② 참가자는 경기당 한 개의 클래스에만 참가 신청할 수 있다.

③ 참가비를 지불하지 않거나 이에 대한 협의가 없는 경우 주최자는 그 선수나 팀을 출발 명단에서 제외할 수 있다.

제16조(결과보고) ① 대회 감독관은 대회 종료 4주 이내에 연맹에 보고서를 제출해야 한다. 보고서에는 대회의 중요한 특징과 불만 사항 또는 이의제기에 대한 세부 사항이 포함되어야 한다.

② 주최자는 대회 종료 4주 이내에 대회결과 보고서를 제출해야 한다.

제17조(광고 및 후원) ① 광고 및 후원은 주최자의 재량으로 유치할 수 있으며 금액에는 제한이 없다.

② 담배와 술의 광고는 허용되지 않는다.

제18조(미디어 서비스) ① 주최자는 미디어 관계자에게 취재하기 좋은 환경과 편의를 제공해야 한다.

② 주최자는 매스컴 보도를 극대화하기 위해 모든 노력을 기울여야 한다

제4장 경기운영

제19조(PreO 경기) ① PreO는 개인 경기로 P와 O로 구분하여 운영한다.

1. 주최자는 제한시간(컨트롤 수와 거리 등을 감안)을 정하여 대회 감독관의 승인을 득하여 공지해야 한다.

2. 경기자는 최소 폭 2.5~3m의 트랙을 따라 이동해야 하며 이를 벗어나거나 컨트롤 플랙이 설치된 클러스터 지역이나 출입이 제한된 구역에 들어가면 실격이다.
 3. 경기 순서를 지키지 않으면 실격이다.
 4. 타임아웃 구간(부적합한 곳: 나무뿌리, 쓰러진 나무, 거친 노면 등)을 두고 총 소요시간에서 공제한다.
 5. 펀칭 도구와 종이 컨트롤카드(2매 포개짐)를 지급하며, 펀칭하는 순번 1개의 란(A~Z사이)에 두 개의 펀칭을 하면 무효가 된다.
 6. 정답 펀칭인 경우 1점이 주어지는 점수로 순위 적용에 우선한다.
- ② 시간측정 컨트롤(TC)은 PreO에 포함되는 경기로 운영한다.
1. PreO에 포함되는 경기로서 점수가 아닌 답하는 시간과 오답 벌점 시간을 합하여 시간(초)로 적용한다. PreO 점수가 동점인 경우 이 시간이 순위 결정에 적용된다.
 2. 운영장소:
 - 가. 반드시 의자에 앉아야 하며 컨트롤 플랙은 120도 각도 이내에 잘 보이게 분포되어 있어야 하고 컨트롤 플랙의 높이는 최소 50~220cm로 준비한다.
 - 나. 일정 지점에 2곳에서 1개의 세트별로 6개씩의 컨트롤 플랙을 설치하고 한 시트 지도의 옵션을 수행(보통 3~4개)한다.
 3. 시트 지도: 지름이 5~12mm로 원이나 사각형이어야 한다. 시트 지도는 현장과 일치되게 지도정치 형태를 갖추어야 한다.
 4. 운영자: 컨트롤 설치 위치를 각각 설명하고 경기자가 확인이 된 다음 시트 지도를 경기자에게 건네주고 '시작'을 알리고 스톱위치를 작동하여 경기를 진행한다.
 5. 경기자: 1개에 30초 이내에 답을 뚜렷한 음성 발음(국제 음성 알파벳)으로 답해야 한다. Zero 답은 없다. (Alpha, Bravo, Charlie, Delta, Echo, Foxtrot).
 6. 답하는 시간: 1개 세트에서 1개를 답하는 시간이 0~30초 이내여야 하고, 정답은 답을 한 시간을, 오답은 답한 시간에 벌점 시간으로 60초를 추가한다.
 7. 기록원: 기록원(1~2명)은 경기자가 정한 답의 시간만을 복창한 후 각각 정확히 기록 한다(별표2 참조). 벌점 시간은 도착(관정원)에서 점검 기록한다.
 8. 답을 정하는 정답판(손가락으로 지정)을 운영할 수 있다.
- ③ PreO의 최종 성적은 00분(①항. PreO점수) 00초(②항. TC시간.)로 공지된다

제20조(TempO 경기) TempO는 단일 O로 구분하여 운영한다.

1. TempO 경기는 점수가 아닌 답하는 시간과 오답 벌점 시간을 합하여 시간(초)으로 적용한다.
2. 운영장소:
 - 가. 반드시 의자에 앉아야 하며 컨트롤 플랙은 120도 각도 이내에 잘 보이게 분포

되어 있어야 하고 컨트롤 플랙의 높이는 최소 50~220cm로 준비한다.

나. 여러 곳에서 1개의 세트별로 6개씩의 컨트롤 플랙을 설치하고 한 시트 지도의 옵션을 수행(보통 3~4개)한다.

3. 시트 지도: TC와 동일
4. 운영자: TC와 동일
5. 경기자: 1개에 30초 이내에 답을 뚜렷한 발음(국제 음성 알파벳)으로 답해야 한다. Zero 답이 있다. (Alpha, Bravo, Charlie, Delta, Echo, Foxtrot.).
6. 시간: 시간: 정답은 답을 한 시간을, 오답은 벌점 시간으로 +30초를 추가한다
7. 기록원: TC와 동일
8. 답하는 시간: 1개 세트에서 1개를 답하는 시간이 0~30초 이내여야 한다
9. 답을 정하는 정답판(손가락으로 지정)을 운영할 수 있다.
10. TempO의 최종 성적은 00초로 공지된다.

제21조(T-Relay 경기) T-Relay는 3명이 한팀으로 P와 O로 구분하여 운영한다.

1. PreO 코스를 3명이 한팀으로 3개의 Leg를 바톤 터치하며 순차적으로 경기를 하게 되며 각자 후속으로 TempO경기도 포함하게 된다.
2. 1팀에서 중간 주자가 실격하면 후속 주자는 경기를 할 수 없다.
3. 전 주자의 경기 지연으로 후속 주자의 출발이 지연되는 경우 대회 감독관의 승인으로 늦은 주자는 동시 출발할 수 있다.
4. 결과는 3명의 PreO 총 00점(PreO점수)와 00초(TempO의 시간)으로 공지한다.

제22조(PreO Sprint 경기) PreO Sprint는 개인 경기로 P와 O로 구분하여 운영한다.

1. PreO 형태와 같은 방식으로 하나의 지점에 컨트롤이 1개만 설치되는 빠르게 하는 경기로서 제한시간과 코스 거리가 적합해야 한다. 다만, 시간측정 컨트롤(TC)은 없다.
2. 출발 간격은 6분을 권장한다.
3. 관측 지점에 순번 표기와 같이 지상에 표시한다. 시간은 대략 30분 코스, 거리는 1km 이내이어야 한다.
4. 편칭 도구와 종이 컨트롤카드(2매 포개짐)를 지급하며, 편칭하는 순번 1개의 란(A~Z사이)에 두 개의 편칭을 하면 무효가 된다.
5. 정답 편칭인 경우 1점이 주어지고 동점이면 경기 소요시간이 빠른 순위로 정한다.
6. 제한시간 초과는 1분에 1점씩 감점한다.
7. 결과는 00점 00초로 공지된다.

제23조(제한사항) ① 경기별에 설치된 결정점(DP)은 지면에 표시하는 것이 원칙이나 상황에 따라 지형지물을 이용할 수 있다. 모든 사람은 이 결정점을 옮겨서는 안 된다

다. 확인되면 실격처리 한다.

② 경기중 경기자 간의 대화(내용 무관) 또는 경기 종료자가 다른 경기자의 경기 종료 전에 경기장 안으로 들어간 것이 확인되면 실격 처리된다.

제24조(대회 장소) ① 경기장은 트레일O 코스를 설정하는데 적합해야 하고, 규정의 요건을 충족해야 한다.(공원, 산림지대, 주택지 포함).

② 참가자가 낮은 이동성을 가진 경우를 감안(노면 상태, 경사면 등)해야 한다. 도로 폭은 2.5~3m이어야 한다.

③ 대회 장소는 오랜기간 동안(5년 이상) 오리엔티어링 경기가 열리지 않은 곳이어야 한다. 다만, 필요에 따라 대회가 열린 곳이라 할지라도 사용하지 않은 부분(지역)을 사용하여도 무관하다.

④ 경기장으로 결정되면 가능한 빨리 출입금지 구역으로 설정해야 한다.

⑤ 필요한 경우 주최자에게 출입 금지된 경기장에 대한 접근허가를 요청해야 한다.

⑥ 경기장에서의 자연 보호, 임업, 사냥 등의 모든 권리는 존중되어야 한다.

⑦ 적합한 지역으로 공원, 산림지역, 주택지 모두 가능하다.

제25조(지도 제작) ① 대회에 사용하는 지도, 코스 표시 및 추가 인쇄는 ‘오리엔티어링 지도제작 규정 ISOM, ISSprOM’에 따라 제작 및 인쇄해야 한다.

② 경기 지도의 형태는 정상적인 형태의 지도, 정답지도, 시트 지도로 구분한다.

③ 종이는 특별히 정하지 않는 한 전용지 110~120g/m²를 적용한다.

④ 경기 지도 축척은 경기별로 1:5,000 1:4,000, 1:3,000을 선택 적용할 수 있다. 다만, 정답지(Solution)용은 자율 축척을 적용한다.

⑤ 지도에 대회에 적합하도록 최적화(오류 등 수정, 인쇄 등)해야 한다.

⑥ 지도는 수분과 파손으로부터 보호되어야 한다.

⑦ 대회 장소에 이전에 만들어진 기존 오리엔티어링 지도가 있는 경우 가장 최신판으로 대회 전에 모든 참가자들을 대상으로 공개해야 한다.

⑧ 경기 당일 주최자가 허용할 때까지 경기자 또는 팀 임원의 경기지역 지도사용은 금지된다.

제26조(코스 설정) ① 경기 코스는 IOF 경기규정 트레일O 코스설정의 원칙(부록 1)에 따라야 한다.

② 경기 코스는 지도 판독과 지형 해석 기술 및 집중도를 테스트와 시간측정 컨트롤과 같은 의사결정 속도도 테스트해야 한다. 이 과정에서 다양한 오리엔티어링 기술을 요구해야 한다.

③ 경기장 루트에서 통행 제한 부분은 자주색(purple)으로 표시한다.

④ Model 코스

1. 대회장으로 운영되는 경기자의 지형과 경기 방법을 미리 체험하는 형태로 준비해야 한다.
2. PreO 경기를 표준으로 하고 변경할 수 있다.
3. 대회 개최 시 필수로 준비해야 한다.

⑤ PreO 코스

1. 코스 거리는 3,500m 이내이어야 하고 등행 거리 표시, 타임아웃 구간(부적합한 곳: 나무뿌리, 쓰러진 나무, 거친 노면 등)은 지도에도 표시하고 현장에는 테이프 표시한다.
2. PreO코스에서 제한시간을 설정하는데 있어서 컨트롤 수에 3분을 적용하고 100m를 3분으로 정해야 한다. 단, 신체적인 어려움이 있거나 지면이 통행에 어려운 경우라면 추가 시간을 반영해야 한다.
3. 핸드싸이클, 보조 휠체어 등과 같은 장비의 유용한 최대 경사는 20m 이내에 14%이고, 횡단 경사는 8%를 넘지 않아야 한다. 이 도구를 사용하는 참가자가 있다면 이동하는데 적합하거나 도로의 폭도 2.5~3m 정도이어야 한다.
4. 한 스테이션에 5개의 컨트롤 플래그를 설치한다.(A~F).
5. 결정점은 지도에 표시하지 않으며, 컨트롤 플래그의 시야각을 구분하기 위하여 리본이나 테이프 표시하거나, 주변 출입제한을 표시할 수 있으며 이 구역을 경기자가 들어가면 실격 처리한다.

⑥ TempO 및 TC 코스

1. 반드시 의자에 앉아야 하며 컨트롤 클러스터는 시야가 확보되고 안전한 적합한 장소를 선택해야 하며, 6개를 설치하고 시간측정 컨트롤에는 Z답이 없어야 한다.
2. 시트 지도는 현장과 일치되게 지도 정치 형태를 갖추어야 한다.
3. 코스가 기록된 시트 지도 및 결과 기록지를 준비해야 한다.(별표 2-3참 참조).
4. 한 스테이션에 6개의 컨트롤 플래그(마커)를 설치하며, 한 시트 지도에서 옵션(3~5개)을 수행한다.

⑦ T-Relay 코스

1. 3명이 한팀으로 PreO 코스와 TempO를 같이 운영하는 경기이다.
2. PreO는 스테이션의 수 30개를 TempO는 1-2개의 스테이션으로 준비한다.
3. PreO 경기에서 경기자가 몰려다니는 것을 방지하기 위하여 컨트롤 순번을 자율로 할 수 있다.

⑧ PreO Sprint 코스

1. 여러 개의 지점(20개)을 두고 컨트롤 플래그를 각 지점에 1개만 설치하여 A, Z로만 답하는 경기로 제한시간이 있고 빠르게 경기를 하는 방식이다.
2. 제한시간의 설정은 30분(30m를 1분씩 각 컨트롤 수 1분으로 계산)이며, 거리는

- 총 1km(150m에 25개 설치)이내 이어야 한다.
3. 정상인의 제한시간에 P 클래스에는 $+0.9\pm 0.1$ 을. 휠체어 등을 이용하는 경기자는 $+0.8\pm 0.05$ 을 곱한 시간을 더 주어야 한다.
 4. 지도의 축척은 1:4000, 1:3000을 적용한다.
 5. 관측 지점은 서로 3m 이상의 간격과 선형인 경우 컨트롤 클러스터까지는 50m 이내까지 허용한다.
- ⑨ 무관용 거리(Zero Tolerance)로 최소 4m 적용을 원칙으로 하며 대회 시 별도로 거리를 공고하여 시행할 수 있다.

제27조(제한구역 및 루트) ① 주최자가 정한 환경 보호를 위한 지침들은 대회에 관련 되는 모든 사람들이 엄격하게 준수해야 한다.

- ② 경기 중 금지된 루트, 횡단해서는 안 되는 곳을 무단 통행 시 실격 처리된다.
- ③ 유도구간, 횡단 지점 및 구역은 지도와 현장에 명료하게 표시해야 한다. 경기자는 코스 상에 표시된 구간의 전체 길이를 따라가야 한다.

제28조(컨트롤 위치설명) ① 컨트롤의 정확한 위치는 컨트롤 위치설명표에 의해 설명 되어야 한다.

- ② 컨트롤 위치설명표는 IOF의 컨트롤 위치설명에 대한 규정에 따라 기호형태로 제공해야 한다.
- ③ B란은 현장에 설치한 컨트롤 플래크 수가 기록되며, H란은 해당 순번의 컨트롤 플래크의 설치된 방향을 화살표로 제시해 주어야 한다.
- ④ 컨트롤 위치설명표에 경기 제한시간이 표시되어야 한다.
- ⑤ 경기 코스의 순서에 대한 정보를 제공하는 컨트롤 위치설명표는 지도의 앞면에 고정되거나 인쇄되어 있어야 한다.
- ⑥ 컨트롤 설명표의 내용은 너무 세심하게 표현할 필요가 없다.

제29조(컨트롤 설치) ① 지도상에 표시된 컨트롤 위치에는 컨트롤 플래크와 함께 실제 장소에 정확하게 설치해야 한다.

- ② 컨트롤 플래크는 30cm×30cm 크기의 정사각형 3개로 삼각기둥 형태로 만들어져야 하며, 각 사각형의 면은 대각선으로 나누어 반은 흰색으로 하고 다른 반은 주황색(PMS165)으로 한다.
- ③ 컨트롤 플래크는 결정점 근처에서 경기자가 객체별 3분의 1 이상 보이게 설치되어야 한다. 일반적으로 컨트롤 플래크는 지도의 원 중앙에 있는 지형지물에 위치(답이 Z인 경우 제외)한다.
- ④ 컨트롤 플래크는 지면에서 50~220cm 높이로 설치해야 하고 식물들로 가려지면 안 된다.

- ⑤ 결정점이나 시간측정 컨트롤 지점은 현장에는 표시되지만 모든 지도에는 표기하지 않는다.
- ⑥ 컨트롤 위치를 선정할 때 정답 지점 외의 것도 신중하게 설치해야 한다.
- ⑦ 원거리의 시야 확보를 위해 2개의 컨트롤 플래크를 포개어 사용할 수 있다.

제30조(편칭시스템) ① 종이 컨트롤 카드와 수동 핀 편칭기 및 전자 편칭시스템을 사용할 수 있다.

② 종이 컨트롤 카드의 핀 편칭 경우(별표 2-1, 2, 3 참조)

1. PreO와 PreO Sprint용: 1개의 칸이 13mm 정사각형이며, 물에 저항성이 있어야 하고 2개가 포개진 형태여야 한다.
2. TempO: 메인과 사본을 만들어야 한다.
3. 각 1매는 경기자에게 경기 종료 후 제공되어야 한다.
4. 잘라서서는 안 된다.

③ 전자편칭을 하는 경우

1. 전자카드와 편칭 유닛으로 세팅해야 하며, 백업시스템을 사용해야 한다.
2. 경기자는 저장되는 발신음을 듣고 전자카드를 편칭 유닛에서 떼어야 한다.
3. 컨트롤의 순번을 준수하여 편칭을 해야 한다. 지난 순서의 편칭을 실행되지 않는다.
4. 중복되는 경기를 하는 경우는 2번째 경기 1시간 전에 지급한다.
5. 승인된 전자편칭은 아래와 같다.

가. Emit 버전 3-card

나. Si 시스템 모든 버전, TempO는 64개 기록 전자카드 권장

다. ToePunch 시스템 모든 버전

④ 결정점에 근접하게 편칭시스템이 설치되어야 한다.

⑤ 경기자는 1란에 본인이 정한 답 1개만 편칭해야 하고 이미 편칭된 결과는 수정할 수 없다.

⑥ 컨트롤 카드를 분실하거나, 컨트롤이 누락되었거나, 또는 잘못된 순서로 통과한 선수는 실격된다.

제31조(출발 배번 및 장비) ① 주최자가 특별히 제한을 두지 않는 한 복장 및 신발의 선택은 자유로 하나 경기자나 팀은 가급적 해당 단체의 복장을 권장한다.

② 배번은 크기가 25cm×25cm 이하여야 하며 명확하게 알아볼 수 있도록 착용(허벅지 앞면)하며 접거나 자르면 안 된다.

③ 경기자는 나침반, 경기지도, 컨트롤 위치설명, 스톱워치, 돋보기 등을 사용할 수 있으며 망원경, 쌍안경, 전자 통신기기, 카메라, 위치 정보 송수신기 등은 허용되지

않는다.

제32조(출발) ① PreO, TempO, PreO Sprint는 시차 출발을 하고 T-Relay는 첫 주자는 동시 출발하며 선수 간 바톤 터치로 운영된다.

② 출발간격은 PreO, TempO는 2분 간격, PreO Sprint는 6분으로 한다.

③ 출발은 바로 할 수도 있고 예비 출발을 적용할 수도 있다. 준비시간을 30분 정도 주어야 하고, 출발 구역은 경기자(지원자)와 팀 임원, 기자만 들어갈 수 있다.

④ 예비 출발을 운영할 경우 유도구간을 표시해야 하며, 팀 임원 및 경기자의 호출 시간을 보여 주는 시계를 설치해야 하고 참가자의 이름을 부르거나 표시해야 한다.

⑤ 예선과 결선의 경기가 열리는 경우는 그 시간 간격이 2시간 30분의 간격을 두어야 한다

⑥ 경기자는 올바른 지도를 가지고 가는지 확인할 책임이 있다.

⑦ 출발하는 지점(출발 컨트롤)은 지도상에 삼각형으로 표시해야 하며, 경기장에는 편칭기구가 없는 컨트롤 플렉(마커)만 설치한다.

⑧ 출발시각에 늦은 참가자도 출발이 허용된다. 지각자의 출발 시간은 기록되어야 하며 아래 기준에 따라 출발시킨다.

1. 동시 또는 추격 출발에서 경기자는 가능한 한 빨리 출발해야 한다.

2. 시차 출발에서 선수가 출발시간 이후 간격의 1/2 이후에 출발선에 있을 경우, 이용 가능한 다음 1/2 간격에 출발해야 한다.

⑨ 본인 과실에 의해 지각 출발한 경기자는 당초의 출발 시각에 출발한 것으로 하며, 주최자의 과실에 의해 출발 시각이 늦은 경기자는 새로운 출발 시각이 주어져야 한다.

⑩ T-릴레이 경기

1. 각 팀 주자들끼리의 교대 방법은 손으로 터치하며, 선행 주자가 후속 주자의 지도를 집어서 전달해 주는 방식으로 한다.

2. 경기에서 들어오는 선행 주자를 주최자가 미리 알려 주는 경우에도 정확하고 제 시간에 교대하는 것에 대한 책임은 경기자에게 있다.

3. 대회 감독관의 승인을 받아 출발하지 못한 후속 주자들을 동시 출발시킬 수 있다. 이때 출발한 시간을 다시 설정하고 팀 시간에 포함 반영한다.

4. 경기중 1명의 경기자가 실격되었다면 후속 경기자는 경기를 할 수 없다.

⑪ 격리 구역(Quarantine zone)에는 경기자와 주최 측에서 허가한 사람만 들어가며, 편의 시설(화장실, 다과, 대피소 등)이 있어야 하며, 송수신되는 통신장비는 일체 소지하면 안 된다.

제33조(도착 및 기록측정) ① 결승선을 통과할 때 선수의 경기는 종료된다.

- ② 결승선에는 시간을 측정할 수 있는 장비가 있어야 한다. 시간은 초 단위까지 측정하고 기록은 시, 분, 초 또는 분, 초로 표시한다.
- ③ 결승선은 경기자에게 잘 보여야 하며, 테이프, 로프 또는 울타리로 경계 지어야 한다.
- ④ 경기가 종료되면 컨트롤카드, 전자카드를 제출하고 전자편칭시스템인 경우 데이터를 다운로드를 해야하며 기록을 프린트로 제공해야 한다. 지도를 회수하는 경우라면 이를 제출해야 한다.
- ⑤ PreO의 제한시간을 초과한 경우 5분에 1점을 감하고 PreO Sprint에서는 1분에 1점을 감한다.
- ⑥ 결승점에는 응급처리 시설과 인력이 있어야 한다.

제34조(결과) ① PreO 경기결과는 다음 각 호의 방법에 따른다.

- 1. 정답인 경우 1점을 부여한다(시간측정 컨트롤은 제외)
- 2. 시간측정 컨트롤의 시간 기록은 선수의 결정답을 한 시간을 기록하고 정답이면 그 답한 시간이 기록되며, 오답인 경우 답한 시간에 60초의 벌점 시간을, 30초 이내에 답을 하지 않으면 90초로 한다.
- 3. 점수 순으로 순위가 정해지며 동점인 경우 시간측정 컨트롤의 시간 순으로 정한다.
- 4. 제한시간 5분 초과에 1점을 감한다.

② TempO 경기결과는 다음 각 호의 방법에 따른다.

- 1. 여러 개의 스테이션에서 3-4개의 답을 구한다.
- 2. 각 스테이션에서 답한 시간을 합산하고 틀린 것은 벌점 시간으로 30초를 더한다.
- 3. 합산된 시간(초)으로 순위를 정한다.

③ T-Relay 경기결과는 다음 각 호의 방법에 따른다.

- 1. PreO 경기의 3명 합한 점수를 계산한다.
- 2. TempO 경기의 3명의 시간(초)을 합한다.
- 3. 팀 결과 00점 00초로 공지한다.

④ PreO Sprint 경기결과는 다음 각 호의 방법에 따른다.

- 1. 정답 1개를 1점으로 하고 제한시간에 1분을 초과하면 1점을 감한다.
- 2. 점수가 우선하고 동점인 경우 소요시간으로 순위를 정한다.
- 3. 결과는 00점으로 공지한다.

⑤ 경기가 종료되면 정답 지도, 컨트롤카드를 경기자에게 반환한다.

⑥ 결과는 전자적으로 데이터 파일로 제출해야 한다.

제35조(시상) ① 주최자는 품격있는 시상식을 준비해야 한다.

- ② 만약 두 명 이상의 경기자가 같은 순위라면 두 명 모두에게 동등한 시상(품)이

주어져야 한다.

③ 각 경기의 각 클래스에서 상위 3명의 경기자에게 시상하는 것을 원칙으로 하며, 시상품은 주최자의 재량으로 한다.

제36조(페어플레이) ① 오리엔티어링 대회에 참가하는 모든 사람(경기자와 지원자, 대회 임원, 기자, 관객, 현지 주민 등)은 공정하고, 정직하게 활동하고 우호적인 정신을 가져야 하며 가능한 한 정숙해야 한다.

② 경기 중에 다른 경기자로부터 도움을 받거나 다른 경기자를 도와주는 것은 금지된다. 경기 중 부상당한 경기자를 도와주는 것은 모든 경기자들의 의무이다.

③ 약물 복용은 엄격히 금지된다. IOF 반도핑 규정(IOF Anti-Doping Rules)은 모든 대회에 적용되며 주최자 또는 연맹은 도핑 검사 실시를 요구할 수 있다.

④ 모든 경기 임원은 경기 장소 및 지형에 대해 철저히 비밀로 해야 한다. 코스에 대해서도 엄격한 보안이 유지되어야 한다.

⑤ 주최자가 명시적으로 허용한 경우를 제외하고 경기장에서의 훈련 또는 조사를 시도하는 것을 금지한다. 주최자가 제공한 것 이외에 코스 관련 정보를 얻으려는 시도는 경기 전 및 경기 중에 금지한다.

⑥ 주최자는 해당 지역의 지형이나 지도를 잘 알고 있어서 다른 경기자들보다 유리한 입장에 있는 선수에 대해 경기를 금지해야 한다. 이러한 경우는 대회 감독관과 협의한 후 결정해야 한다.

⑦ 팀 임원, 경기자, 미디어 관계자 및 관중은 지정된 장소에 머물러야 한다.

⑧ 컨트롤 관리 요원은 선수를 방해하거나 가지 못하게 하거나 또는 어떠한 정보도 제공해서는 안 된다. 눈에 띄지 않는 복장을 입고 조용히 있어야 하며, 컨트롤에 접근하는 선수를 도와주면 안 된다. 이 규정은 경기장 내에 있는 다른 모든 사람들(예: 미디어 관계자)에게도 적용된다.

⑨ 도착라인을 통과한 경기자는 주최자의 허가 없이 경기장 안으로 다시 들어 갈 수 없다. 기권한 선수는 즉시 도착지점에 이 사실을 알리고 지도와 컨트롤 카드를 제출해야 하며, 경기에 영향을 주거나 다른 선수를 도와줘서는 안 된다.

⑩ 대회규정을 위반하거나 규정 위반으로 이득을 얻은 경기자는 실격 처리되며 스포츠공정위원회에 징계 또는 제재를 받을 수 있다.

⑪ 모든 이는 배팅, 무단 결과 수정, 뇌물 수수, 또는 제공 등을 할 수 없다.

⑫ 경기자의 건강 상태가 위험(탈진 등)하다고 판단될 때는 경기를 중단시킬 수 있다.

제37조(불만 사항) ① 이 규정을 위반하거나 주최자의 결과처리에 불만이 있을 경우 불만 사항을 제기할 수 있다.

② 불만 사항은 경기자 또는 소속 시·도 연맹 임원만 할 수 있다.

- ③ 불만 사항은 가능한 한 신속하게 주최 측에 서면으로 제출해야 하며, 불만 사항은 주최자가 판단한다. 주최자가 결정을 내릴 수 없는 경우, 대회 감독관이 대신 결정할 수 있다.
- ④ 불만 사항에 대한 수수료는 없다.
- ⑤ 불만 제기 시간은 전체 결과가 게시된 후 15분 이내에 해야 한다.

제38조(이의 신청) ① 불만 사항에 대한 주최자의 결정에 대해 이의 신청(Protest)을 할 수 있다.

- ② 이의신청은 경기자 또는 소속 시·도 연맹 임원만 할 수 있다.
- ③ 모든 이의 신청은 주최자가 불만사항에 대한 결정을 통보한 후 15분 이내에 주최 측에 서면으로 제출해야 한다. 이 제한시간 이후에 제출된 이의 신청은 정당한 사유가 인정되는 경우에만 심판의 재량에 의해 인정될 수 있다.
- ④ 이의 신청을 할 때는 5만원의 수수료를 대회 감독관에게 현금으로 납부해야 한다. 이의 신청이 받아들여졌을 경우에는 수수료가 반환되고, 그렇지 않으면 연맹에 귀속된다.

제39조(항소) ① 심판이 준비되지 않았거나, 대회가 끝나고 심판이 흩어진 경우, 이러한 규칙의 위반에 대한 항소가 이루어질 수 있다. 심판 운영에 심각한 절차상의 오류가 발생한 경우에만 심판 결정에 대한 항소가 이루어질 수 있다.

- ② 항소는 시·도 연맹에 의해서만 이루어질 수 있다.
- ③ 가능한 한 빨리(7일 이내) 연맹에 서면으로 항소를 해야 한다.
- ④ 항소에 대한 수수료는 없다.
- ⑤ 항소에 대한 결정은 최종적이다.
- ⑥ 연맹 스포츠평정위원회는 1개월 이내에 항소를 처리해야 한다.

제4장 한국트레일오리엔티어링 선수권대회

제40조(대회 개요) ① 대한민국 트레일오리엔티어링 챔피언을 결정하는 대회이다.

- ② 연맹이나 시·도 연맹에서 개최신청하고 절차에 따라 승인 후 개최한다.
- ③ 매년 1회 적당한 시기에 개최하는 것을 원칙으로 하되 사정에 따라 조정 할 수 있다.

제41조(개최신청) ① 대회를 개최하고자 하는 시·도 연맹은 대회 개최연도 1월 10일 까지 개최신청서(별표 1 서식)를 사무처에 제출해야 한다.

- ② 연맹은 이사회회의 의결로 개최지를 확정한다.
- ③ 주관 연맹은 개최연도 2월 말까지 대회사업계획서를 사무처에 제출해야 한다.

제42조(대회운영) ① 대회조직, 대회 및 경기운영, 보고서 제출 등 제반 사항은 이 규정에 따라 시행한다.

② 연맹은 대회운영에 필요한 예산, 인력, 장비, 물자 등을 지원할 수 있다.

제43조(시상) ① E 클래스의 1위(우승자)에게는 메달 외에 트로피를 시상할 수 있으며 우승자를 그 해의 대한민국 트레일오리엔티어링 챔피언으로 한다.

② 각 클래스별 1, 2, 3위에 대하여 상장을 수여하며 메달은 생략할 수 있다.

③ 상장 및 메달은 연맹에서 발행한다.

④ 외국인은 참가할 수 있으나 챔피언 시상에서는 제외한다. 다만, 일반 클래스의 경우는 등위에 따라 시상한다.

⑤ T-Relay경기 입상 팀의 경우 팀 구성원 전원에게 상장을 해야 한다.

⑥ 주관 연맹 재량으로 별도의 시상품을 수여할 수 있다.

제5장 부 칙


제1조(시행일) 이 규정은 2025년 2월 10일부터 시행한다.

<별표 1>

공인대회 개최신청서					
대회개요	대회명칭				
	일 시				
	장 소				
	경기형식				
	예상인원				
대회조직	대회책임자	성 명		전화번호	
대회조직	대회감독관	성 명		보유자격	__급 지도사자격
	※ 소속 제한 없이 1급 이상 오리엔티어링지도사자격 보유자 1명을 추천				
	실무책임자	성 명		전화번호	
		E-mail			
지도제작	지도형식	축 척		등고선간격	
	지도제작자	성 명		소 속	
	코스설정자	성 명		소 속	
	지도검수자	※지도 및 코스는 대회감독관이 승인(규정 제8조 참고)			
주최/ 주관	주 최				
	주 관				
	후원/협찬				
기타 참고사항					


<별표 2>

PreO 컨트롤 카드(2매 포개짐)

				No.		Name:						Start:		Finish:		T1	T2	T3	Time:																																																																																																				
1A	1B	1C	1D	1E	1Z	2A	2B	2C	2D	2E	2Z	3A	3B	3C	3D	3E	3Z	4A	4B	4C	4D	4E	4Z	5A	5B	5C	5D	5E	5Z	6A	6B	6C	6D	6E	6Z	7A	7B	7C	7D	7E	7Z	8A	8B	8C	8D	8E	8Z	9A	9B	9C	9D	9E	9Z	10A	10B	10C	10D	10E	10Z	11A	11B	11C	11D	11E	11Z	12A	12B	12C	12D	12E	12Z	13A	13B	13C	13D	13E	13Z	14A	14B	14C	14D	14E	14Z	15A	15B	15C	15D	15E	15Z	16A	16B	16C	16D	16E	16Z	17A	17B	17C	17D	17E	17Z	18A	18B	18C	18D	18E	18Z	19A	19B	19C	19D	19E	19Z	20A	20B	20C	20D	20E	20Z



<별표 3>

PreO Sprint 컨트롤 카드(2매 포개짐)

				No.		Name:						Start:		Finish:		T1	T2	T3	Time:																																																																																																				
1A	1B	1C	1D	1E	1Z	2A	2B	2C	2D	2E	2Z	3A	3B	3C	3D	3E	3Z	4A	4B	4C	4D	4E	4Z	5A	5B	5C	5D	5E	5Z	6A	6B	6C	6D	6E	6Z	7A	7B	7C	7D	7E	7Z	8A	8B	8C	8D	8E	8Z	9A	9B	9C	9D	9E	9Z	10A	10B	10C	10D	10E	10Z	11A	11B	11C	11D	11E	11Z	12A	12B	12C	12D	12E	12Z	13A	13B	13C	13D	13E	13Z	14A	14B	14C	14D	14E	14Z	15A	15B	15C	15D	15E	15Z	16A	16B	16C	16D	16E	16Z	17A	17B	17C	17D	17E	17Z	18A	18B	18C	18D	18E	18Z	19A	19B	19C	19D	19E	19Z	20A	20B	20C	20D	20E	20Z

<별표 4>

TempO 컨트롤 카드(2매 포개짐)

 Trail Orienteering 'TempO' Answer Sheet 						
(2019)						
Bib no.	Name		Federation		Organizer	Signal
	Task 1st	Task 2nd	Task 3rd	Task 4th	Task 5th	Time
Station #1	-----경기자의 값 기록-----					Sec
Station #2						
Station #3						
Station #4						
Station #5						