

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 _____ 來源 大成報 日期 890302 版面：十二版

記者 夏聖青 / 報導

定向追蹤是一項高度發揮團體智慧和體能的野外運動，以往就有不少大專學校都以此來鍛鍊學生的體能和凝聚向心力，由於遊戲具挑戰性和刺激性，在校園中掀起一陣風潮。

凌勝。

第二種「算分式定向賽」，在賽區內設有很多控制點，每一控制點都有不同的分數，而分數由距離、難度和與其他點的連接定出，學員在限定的時間內，憑技術、經驗和體能，奪取分數，超過限定時間返

，以獨手方式進行交接，全隊隊員時間總和為該隊成績，以時間最短短完成全部賽程為勝。

定向追蹤的裝備簡單，除號碼布、地圖及控制卡由賽會提供外，基於安全，指南針和哨子是學員必備的工具，如果是一羣

三種定向追蹤 挑戰高度智慧

鍛鍊體能與凝聚向心力 學子勁爆的野外運動

定向追蹤大略有三個種類，第一種是「越野定向」，這是定向的主要類型，學員必須依賽會所供應的地圖作戰，地圖上繪有若干控制點及方向點、線，依賽會指定次序，逐一到訪全部控制點後，再向指定

的終點報到，以最短時間內完成比賽者為勝。

回終點的學員則扣除一定的分數，不過，通常學員都不可能在限定的時間內取得全部分數。

第三種「接力式定向賽」，常以三人或

是四人一隊，比賽路線分為若干段，每名隊員完成其中指定一段後儘快返回交接區

應以輕便、舒適及易於活動的衣、鞋為佳，過緊或太厚的衫褲會使你步履維移，還足經驗較淺的可穿上旅行鞋保護腳腕，有經驗的學員可穿上比賽用的運動鞋，基本上以鞋身防水，鞋底凹凸，在碎沙地不易滑倒為王。

分式定向賽則一定要準備手錶、服裝方面，

