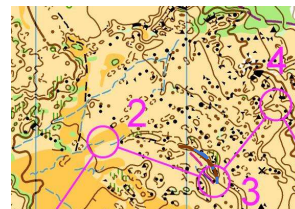


## プランニング練習

### コントロールの延長



### コントロールへのアプローチ

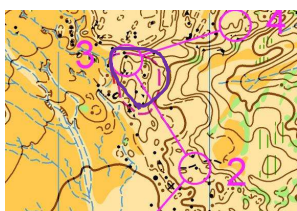
- コントロールの拡大
- コントロールの延長
- ファインコンパス
- ステップバイステップ

どうやってアプローチするかを決める。




### チェックポイント（アタックポイント） へ素早く到達する方法

- 方向と距離を担保する要素を地図から抽出してプラン練習の際に地図に書き込んでみよう。

### コントロールの拡大

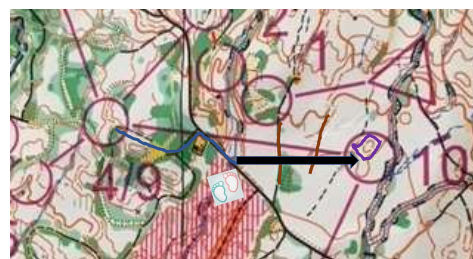


### 方向の担保

- コンパス（アタックではファインコンパス）  

- 進行方向へ向かうハンドレイル（アタックでは延長ライン）  

- 明確な面状特徴物（アタックではコントロールの拡大）  


## 距離の担保

- 歩測
- 進行報告に垂直なハンドレイル
- 明確な面状特徴物



## テレインでの練習

- ブランを事前に行ってから走ってみる
- ブランの内容をメモリーして走ってみる



- ブランの重要性を知ることができる。
- ブランをより単純にしようとする。