

2026 年 7 月 8 日

第 80 回国民スポーツ大会セーリング競技宮城県選手選考会

帆走指示書 (SAILING INSTRUCTIONS)

主催団体：宮城県、宮城県教育委員会、公益財団法人宮城県スポーツ協会、宮城県高等学校体育連盟、宮城県中学校体育連盟

主 管：特定非営利活動法人宮城県セーリング連盟

期 日：2026 年 7 月 11 日(土)～2026 年 7 月 12 日(日)

場 所：宮城県名取市閑上ヨットハーバー 及び 沖海面

- ・ 大会オンライン掲示板



オンライン掲示板

[Racing Rules of Sailing](#)

- ・ 今大会は選手への連絡方法として、LINE オープンチャットも使用する。
下記、大会 LINE オープンチャットに参加すること。



LINE オープンチャット

「Mysaf 国スポ宮城県選手選考会 2026」

https://line.me/ti/g2/RIKuMP2L3fXMYEpTvSmGzDNVnPxVnHeymjUG_A?utm_source=invitation&utm_medium=link_copy&utm_campaign=default

※大会 LINE オープンチャットには、大会 3 日前にはご参加ください。

※LINE オープンチャットは主催者やレース委員会からの連絡用として使用予定です。

※LINE オープンチャットで使用するプロフィール名は、選手は大会参加のセイルナンバー＋氏名で、サポーターは、所属名＋氏名でお願いします。(選手登録例：JPN1_東北太郎、サポーター登録例：〇〇大学_宮城花子)

※LINE での質問・問い合わせはご遠慮ください。

- ・ 参加艇のバースは閑上ヨットハーバーとする。

1 規則

1.1 本大会には『2025-2028 セーリング競技規則』(以下、「規則」という)に定義された規則が適用される。

1.2 規則 42 条違反に対し、付則 P が適用される。

1.3 付則 T が適用される。

1.4 略語

(1) [NP]の表記は、艇は、他艇の規則違反に対し抗議できないことを意味する。これは、規則 60.1(a) を変更している。

(2) [SP]は、レース委員会が審問なしに標準ペナルティーを適用することができる。レース委員会は抗議することもでき、どの場合は審問を経てプロテスト委員会の裁量でペナルティーが決定される。これは規則 A5 を変更している。

(3) [DP]は、プロテスト委員会が、その裁量で適切なペナルティーを課することができる規則に関する判決を行う。ペナルティーの決定には、別途掲示する『World Sailing 裁量ペナルティーの指針』を用いる。

1.5 今大会においては浮力体の使用を認める。

2 帆走指示書の変更

2.1 帆走指示書の変更は、それが発効する当日の 09:00 までに掲示される。

ただし、レース日程の変更は、発効する前日の 18:00 までに掲示される。

3 コミュニケーション

3.1 レースオフィスは閑上ヨットハーバー管理棟 2 階に設置する。

3.2 受付および出着艇申告は 2 階バルコニーにて行なう。

3.3 公式掲示板は「[Racing Rules of Sailing](#)」とする。

3.4 [DP]レース中、緊急の場合を除き、艇は音声やデータを送信してはならず、かつ、すべての艇が利用できない音声やデータ通信を受信してはならない。またこの制限は、携帯電話・タブレット端末にも適用される。

4 行動規範

4.1 [DP]競技者および支援者は、レース委員会からの合理的な要求に応じなければならない。

4.2 [DP]競技者および支援者は、主催団体によって提供された装備の取扱いを、その使用に関する指示に従い、その機能を妨げることなく実行しなければならない。

5 陸上で発せられる信号

5.1 陸上で発せられる信号は、管理棟 2 階バルコニーのポールに掲揚される。

5.2 [DP]音響 1 声とともに掲揚される D 旗は、「艇は、この信号が発せられるまでハーバーから離れないようにしなければならない」ことを意味する。予告信号は、予定された時刻より前、または D 旗が掲揚された後 40 分以前には発せられない。

6 レース日程

6.1 レース日程

日付	時刻	概要
7 月 11 日 (土)	8:20～	受付 (選手、支援艇)、出艇申告
	8:30～	
	引き続き	開会式、ブリーフィング
	9:45	第 1 レース予告信号予定時刻 470 級 (成年男子)、

		ILCA7 級（成年男子）、420 級（少年男子、少年女子）、 ILCA6 級（成年女子、少年男子、少年女子） ※国スポウインドサーフィン級（成年男子、成年女子）、セーリ ングスピリッツ級（成年女子）の選考レースは行わない。 ※選考レースを行なうクラスは引き続きレースを行なう。
7 月 12 日（日）	8:20～ 9:15 14:00	ブリーフィング 最初の予告信号予定時刻 引き続きレースを実施する。 この時刻を越える予告信号は発せられない。

6.2 レース数 本大会は最大 5 レースとする。

6.3 レースが間もなく始まることを艇に注意喚起するために、予告信号を発する 5 分前までに、レース委員会のシグナルボートに音響信号 1 声とともにオレンジ色のスタート・ライン旗を掲揚する。

7 クラス旗

7.1 クラス旗は、以下のとおりとする。

クラス	クラス旗
470 級	白地に青の 470 クラスマーク
ILCA7 級	白地に赤のレーザークラスマーク
420 級	白地に青の 420 クラスマーク
ILCA6 級	緑地に赤のレーザークラスマーク

8 レースエリア

8.1 SI 付属文書【添付図 A】にレースエリアの位置を示す。天候等の理由により、レースエリアから外れたエリアでレースをする場合がある。これは救済の根拠とはならない。これは規則 61 を変更している。

9 コース

9.1 帆走するコースは「トラペゾイド」、「風上・風下コース」のいずれかとする。

9.2 【添付図 B】の見取り図は、レグ間の概ねの角度、通過するマークの順序、それぞれのマークをどちら側に見て通過するかを含むコースを示す。

9.3 予告信号以前にレース委員会のシグナルボートに、コース及び最初のレグのおおよそのコンパス方位を掲示する。

10 マーク

10.1 マークは、次のとおりとする。

Marks1, 2, 3, 4	New Mark	Starting Line Mark	Finishing Line Mark
黄色円錐台	黄緑色円錐台	オレンジ色旗を掲揚している船または黄色球形ブイ	青色旗を掲揚している船または黄色球形ブイ

11 スタート

11.1 スタート・ラインは、スタートマーク上のオレンジ色旗を掲揚しているポールとマーク間とする。

11.2 予告信号が発せられていない艇は、他のレースのスタート手順の間、スタート・エリアを回避しなければならない。

11.3 スタート信号後 4 分以内にスタートしない艇は、審問なしに『スタートしなかった (DNS)』と記録される。これは付則 A5.1 と A5.2 を変更している。

12 コースの次のレグの変更

12.1 コースの次のレグを変更するために、レース委員会は、新しいマークを設置し（またはフィニッシュ・ラインを移動し）、実行できれば直ぐに元のマークを除去する。その後の変更で新しいマークを置き換える場合、そのマークは元のマークで置き換える。

13 フィニッシュ

13.1 フィニッシュ・ラインは、レース委員会船上の青色旗を掲揚しているポールと、フィニッシュ・マークのコース側の間とする。

14 タイム・リミットとターゲット・タイム

14.1 マーク 1 のタイム・リミット、レース・タイム・リミット（規則 35 参照）およびフィニッシュ・ウィンドウを下表に示す。

クラス	Time Limit	Mark1 Time Limit	Finish window	Target Time
470 級	60 分	20 分	10 分	30 分
ILCA7 級	65 分	20 分	10 分	35 分
420 級	65 分	20 分	10 分	35 分
ILCA6 級	70 分	20 分	10 分	40 分

14.2 マーク 1 のタイム・リミット内に 1 艇も最初のマークを通過しなかった場合、レースは中止される。

14.3 フィニッシュ・ウィンドウは、最初の艇がコースを帆走してフィニッシュした後、艇がフィニッシュするまでの時間である。フィニッシュ・ウィンドウ内にフィニッシュしなかった艇は、審問なしに「フィニッシュしなかった (DNF)」と記録されなければならない。これは、規則 35、A5.1、A5.2、A10 を変更している。 14.4 ターゲット・タイムどおりとならなくても、救済要求の根拠とはならない。これは規則 61 を変更している。

15 審問要求

15.1 抗議及び救済または審問要求は web サイトのオンラインフォーム ([Racing Rules of Sailing](#)) にて、適切な時間内に提出しなければならない。ただし、オンラインフォームにより提出することが困難な場合には、用紙に記入してプロテスト委員会に提出することができる。なお、用紙はレース・オフィスにて入手できる。

15.2 抗議締切時刻は、それぞれのクラスに対して、その日の最終レースに最終艇がフィニッシュした後、またはレース委員会が、本日これ以上レースは行わないという信号を発した後、どちらか遅い

方から 60 分とし、その時刻は大会オンライン掲示板 ([Racing Rules of Sailing](#)) に掲示される。
これは規則 60.3(b)、規則 61.2 を変更している。

15.3 レース委員会またはプロテスト委員会による規則 60.2(d)に基づく競技者への抗議の通告は大会オンライン掲示板 ([Racing Rules of Sailing](#)) に掲示される。

15.4 審問の当事者であるか、または証人として名前があげられている競技者に、審問のことを知らせるため、抗議締切時刻後 30 分以内に通告が大会オンライン掲示板 ([Racing Rules of Sailing](#)) に掲示される。審問は大会オンライン掲示板 ([Racing Rules of Sailing](#)) に掲示された時刻に始められる。

15.5 付則 P に基づき規則 42 違反に対するペナルティを課された艇のリストは大会オンライン掲示板 ([Racing Rules of Sailing](#)) に掲示される。

15.6 大会最終日では、審問再開の要求は次の時間内に提出しなければならない。

(1) 要求する当事者が前日に判決を通告された場合には抗議締切時間内。

(2) 要求する当事者がその当日に判決を通告された後 15 分以内。これは規則 63.7(b)を変更している。

16 得点

16.1 シリーズの成立には、1 レースを完了することが必要である。

16.2 4 レース未満しか完了しなかった場合には、艇のシリーズの得点は、レースの得点の合計とする。

16.3 4 レース以上完了した場合、艇のシリーズの得点は最も悪い得点を除外したレース得点の合計とする。

16.4 標準ペナルティは「STP」と表記する。

16.5 附則 T による「レース後ペナルティ」を履行した艇は「PRP」と表記する。

17 安全規定

17.1 本大会は受付登録および出艇着艇申告は管理棟 2 階バルコニーにて行なう。

17.2 [SP]チェックインチェックアウト

17.2.1 レースに参加しようとする競技者は、出艇前に管理棟 2 階バルコニーにて「出艇申告書」にサインしなければならない。

17.2.2 競技者は帰着後、速やかに管理棟 2 階バルコニーにて「帰着申告書」にサインし、帰着申告を行わなければならない。また、リタイアした艇はリタイア報告 ([Racing Rules of Sailing](#)) を行わなければならない。これは、その日の最終レース後、または、レース委員会が本日これ以上レースを行わないという信号を発した後、どちらか遅い方から 60 分以内に管理棟 2 階バルコニーにて「帰着申告書」にサインしなければならない。

17.3 海上でリタイアした艇は、実行可能であればレースエリアを離れる前にレース委員会艇にその旨を伝えること。また、帰着後速やかに指示 17.2.2 を行い、リタイア報告 ([Racing Rules of Sailing](#)) を行なわなければならない。

17.4 [SP]一度ハーバーに帰着した艇及び再度レースに参加しようとする場合、競技者は再度出艇申告を行なわなければならない。

17.5 [DP]レース中でない艇は、レース中の艇から離れていなければならない。

17.6 レース委員会またはプロテスト委員会は、艇が安全に帆走できないと判断した場合は、リタイアを勧告することができる。また艇が緊急救助を必要とするような危険な状態だと判断した場合は、強制救助活動を行うことがある。この場合、艇からの救済の要求は認められない。これは規則 61.1(a)を変更している。

17.7 レース委員会が V 旗を掲揚した場合、すべての運営艇、支援艇は危険な状態にある艇を可能な限り速やかに救助しなければならない。

18 乗員の交代と装備の交換

18.1 乗員の交代は許可されない。

18.2 [DP] 損傷または紛失した装備の交換は、最初の妥当な機会に大会オンライン掲示板のフォー ム ([Racing Rules of Sailing](#)) から提出されなければならない。

19 装備と計測のチェック

19.1 [DP] 艇または装備は、クラス規則、レース公示および帆走指示書に適合しているか、いつでも検査されることがある。

19.2 [DP] 海上でレース委員会に指示された場合、艇は検査のために指定されたエリアに向かわなければならない。

20 運営船

20.1 運営船は、以下のように識別される。

運営艇	識別旗
レース委員会	白地に黒字「RC」
プロテスト委員会	白地に青字「JURY」

21 支援者艇

21.1 [DP] 支援者艇は、運営が配布するピンク旗を掲揚しなければならない。

21.2 [DP] 支援者艇には、レスキュー活動を出来る人数しか乗艇してはならない。

21.3 [DP] 支援者艇は、レース艇および運営船の運航を妨げてはならない。

21.4 [DP] 支援者艇は、危険な状態にあるボートからの救助要請により救助を行なうか、最初にスタートするクラスの準備信号の時刻から、すべての艇がフィニッシュまたはリタイアするか、またはレース委員会が延期、ゼネラルリコールもしくは、中止の信号を発するまで、艇がレースをしているエリアの 100m 以上外側にいなければならない。

21.5 規則 37 を次の様に変更をする。「レース委員会が音響 1 声とともに、V 旗を掲揚した場合、支援者艇はレースをしているエリアを含む全てのエリアにおいて、危険な状態にある艇を可能な限り速やかに救助しなければならない。ただし、支援者艇は艇に対して救助活動を除いた援助を与えてはならない。この場合、SI21.3、S021.4 は適用されない。」

21.6 支援者艇の操縦者はキルコードを装着しなくてはならない。

22 ごみの処分

22.1 海上では、ごみは大会運営船または支援艇に渡してもよい。

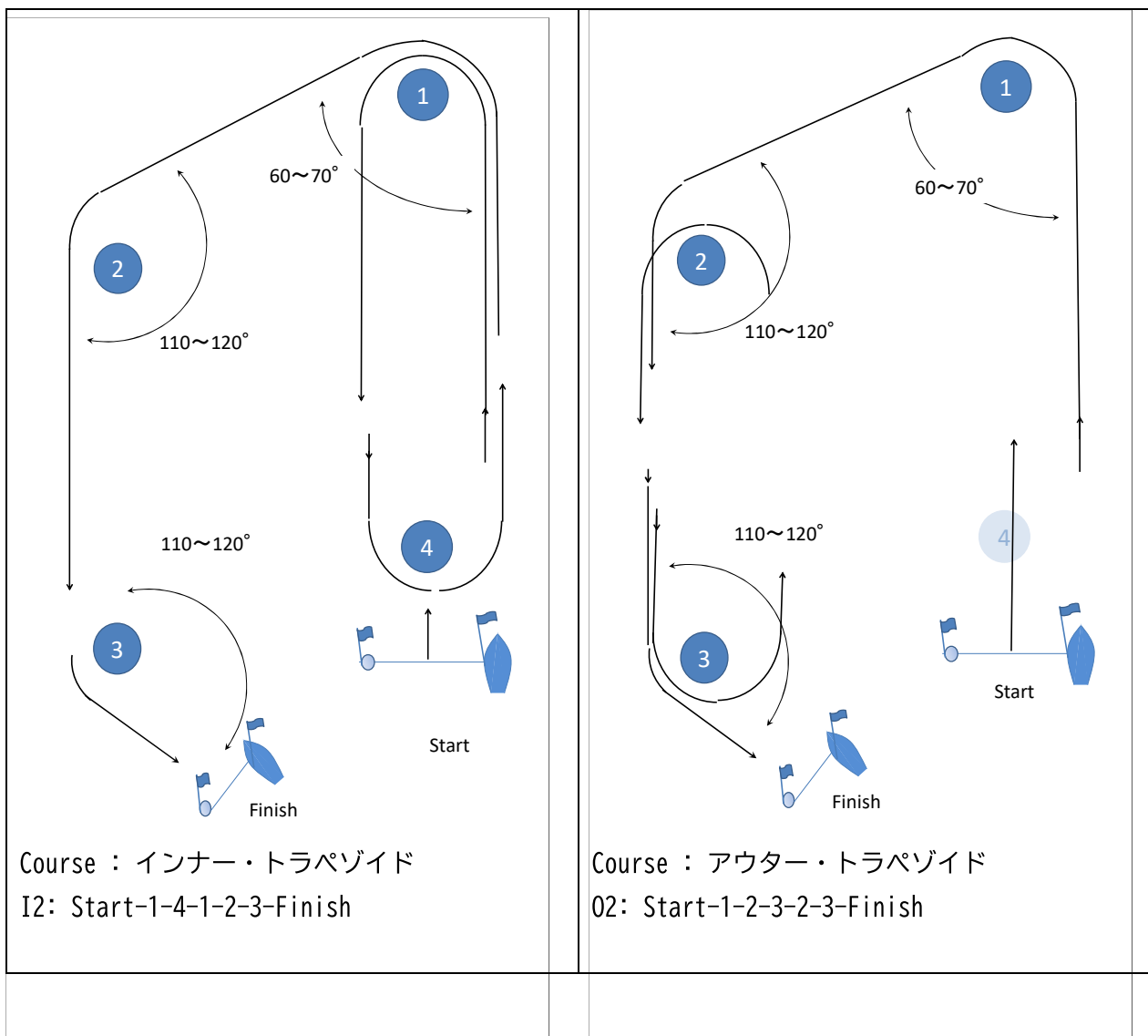
23 リスクステートメント

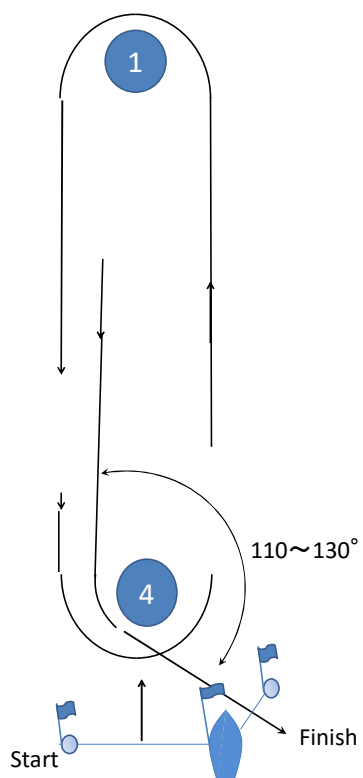
23.1 規則 3 には『レースに参加するか、またはレースを続けるかについての艇の決定の責任は、その艇にのみある。』とある。大会に参加することによって、それぞれの競技者は、セーリングには内在するリスクがあり、潜在的な危険を伴う行動であることに合意し、認めることになる。これらのリスクには、強風、荒れた海、天候の突然の変化、機器の故障、艇の操船の誤り、他艇の未熟な操船術、バランスの悪い不安定な足場、疲労による傷害のリスクの増大などがある。セーリング・スポーツに固有なのは、溺死、心的外傷、低体温症、その他の原因による一生消えない重篤な傷害、死亡のリスクである。

【添付図 A】 レースエリア



【添付図 B】 コース見取り図





Course : 風上・風下コース

LR2: Start-1-4-1-4-Finish