

令和7年度 関東高等学校選抜ヨット大会



国際 420 級 2025 年 東日本選手権



帆 走 指 示 書 (SAILING INSTRUCTIONS)

Organizing Authority (OA): 山梨県セーリング連盟 日本420協会 関東高等学校体育連盟

この帆走指示書は、関東高等学校選抜ヨット大会、国際420級東日本選手権に参加する艇、選手、支援者に適用される。

[NP]は、この規則の違反を申し立てる艇による抗議は無効であることを意味する。これは RRS 60.1 を変更している。

[SP]は、レース委員会が審問無しに標準ペナルティーを適用することができる規則を意味する。レース委員会は抗議することもでき、そ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 RRS A5 を変更している。

1. 規則

- 1.1. 本大会はセーリング競技規則（以下『RRS』という）に定義された規則を適用する。なお、令和7年度関東高等学校選抜ヨット大会 実施要項をレース公示（以下「NoR」という。）とする。

2. 帆走指示書の変更

- 2.1. 帆走指示書（以下「SI」という。）の変更(レース・エリアの変更を含む)は、それが発効する当日の当該種目の最初の予告信号の60分以前までに、公式掲示板に掲示される。
- 2.2. レース日程の変更は、それが発効する前日の19:00までに公式掲示板に掲示される。

3. コミュニケーション

- 3.1. 競技者への通告は、公式掲示板（大会 Racing Rules Of Sailing.org 以下「大会 RRS.org」という。）に掲示される。公式掲示板はオンラインのみとし、大会 web サイトで利用できる。サイト等の不具合等は、艇からの救済の要求の根拠とはならない。これは RRS 61 を変更している。
大会公式掲示板 URL: [Racing Rules of Sailing](https://www.racingrulesofsailing.org/)
web サイト URL: jsaf.or.jp/fujiyama/2025senbatsu&420higashinihon.html
- 3.2. [DP]緊急の場合を除き、レース中の艇は、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。
- 3.3. 水上ではレース委員会は OA が用意した無線機で支援者に連絡を行う。詳細はサポートチーム規程（STR）に示す。
- 3.4. [DP][NP]競技者・監督・支援者は、大会 LINE オープンチャットで情報を得ることが出来る。ただし、大会 LINE オープンチャットでの選手・監督・支援者からの投稿やスタンプを付すことは認めない。詳細は SI Addendum A を参照のこと。

4. [DP] 行動規範

- 4.1. 競技者は、OA、委員会からの合理的妥当な要求に応じなければならない。
- 4.2. 競技者および支援者は、OA 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. 陸上で発する信号は、山中湖村ヨットハーバー艇庫前に設置された掲揚ポールに掲揚する。
- 5.2. [DP][NP] 音響1声とともに掲揚されるD旗は、「予告信号は、D旗掲揚後次に示す分以降に発する。」ことを意味する。艇は、この信号が発せられるまで、ハーバーを離れてはならない。「D旗」が「クラス旗」の上に掲揚された場合、その種目のみに適用する。

レース・エリア	予告信号は、次に示す分以降
A	40

B	30
----------	----

5.3. 陸上に回答旗が掲揚された場合は、レース信号回答旗中の「1分」を「次に示す分以降」と置き換える。

レース・エリア	予告信号は、次に示す分以降
A	30
B	30

5.4. [DP][NP] Y旗が掲揚された場合、RRS 40.1の規定に従うこと。

6. スケジュール

6.1. レース日程

月 日	時間	内容
11月1日 (土)	10:00~16:00	レースオフィス オープン 受付 水上練習可能
11月2日 (日)	08:00~ 09:00 10:30~	レースオフィス オープン 受付 開会式 引き続き ブリーフィング (ヨットハーバー艇庫前) 最初の種目の予告信号時刻
11月3日 (月)	08:00 08:20 09:30~ 15:30	レースオフィス オープン ブリーフィング 最初の種目の予告信号時刻 表彰式・閉会式 (ヨットハーバー艇庫前)

また、SI Addendum B にレース日程及びレース数詳細を示す。

6.2. 各レース・エリアの引続き行うレースは、その前のレース終了後、引続き行う。

6.3. 天候等の事情により、レース日程及びレース海面は、レース委員会において変更することがあり、その変更は SI 2 に従って行われる。

6.4. 1つのレースまたは一連のレースがまもなく始まることを艇に注意喚起するために、予告信号を発する最低5分以前に音響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。

6.5. 当該艇種の1日に実施する最大レース数は5レースとする。

6.6. 11月3日(月)には、13時00分より後に予告信号を発しない。

7. クラス旗

7.1. 各種目のクラス旗は、以下のとおりとする。

種目	旗色・マーク
420 級 (男女を区別しない)	白地に 420 青記章
ILCA6 級 (男女を区別しない)	緑地に ILCA 赤記章

8. レース・エリア

8.1. レース・エリアが SI Addendum C のとおりとならなくても、艇からの救済要求の根拠とはならない。
この項は、RRS 61.4(b)を変更している。

9. コース

9.1. SI Addendum E 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。

9.2. 予告信号以前にシグナルポートに、帆走すべき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。シグナルポートに掲示するコース指示は、次のとおり表示される。

コース LR ⇒ 1 - ラップ数

- 9.3. ゲート・マークのいずれかのマークが紛失した場合、残されたマークをポートに見て回航しなければならない。これは RRS 28.1 および 34 を変更している。

10. マーク

10.1. マークは、次のとおりとする。

レース エリア	マーク 1	4s,4p	新しいマーク	スタート・マーク	フィニッシュ・マーク
A	ピンク色の円錐台形	ピンク色の円錐台形	オレンジ色の俵形	レース委員会船	レース委員会船 黄色円柱マークブイ
B	緑色の円錐台形	緑色の円錐台形	オレンジ色の俵形	レース委員会船	レース委員会船 黄色円柱マークブイ

11. スタート

- 11.1. スタート・ラインは、スタート・マーク上の「オレンジ旗」を掲げたポールのコース側との間とする。
- 11.2. [DP][NP] 他のレースのスタート手順の間、予告信号が発せられていない艇は、スタート・エリアを回避しなければならない。スタート・エリアはスタート・ラインから 50m 以内のエリアとし、その図を SI Addendum D に示す。
- 11.3. スタートは、艇種毎に、男子・女子・オープンを区別せずに同時スタートとする。
- 11.4. 420 級にあっては、関東選抜大会・東日本 420 選手権を区別せずに同時スタートとする。
- 11.5. スタート信号の 4 分以降にスタートする艇は DNS と記録される。この項は RRS A5、A10 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場合、次の対応を行う。
- (a) SI 11 に規定する新しいマークを設置する
 - (b) フィニッシュ・ラインを動かす
 - (c) 風下ゲートを動かす
- 12.2. 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

フィニッシュ・ラインは、レース委員会船の青色旗を掲揚しているポールと黄色円柱マークブイの間とする。

14. ペナルティー方式

- 14.1. 付則 P を適用する。
- 14.2. 付則 T を適用する。『レース後ペナルティー』を履行した艇は、得点略語「PRP」を用いて記録される。これは、RRS A10 を変更している。
- 14.3. レース委員会またはテクニカル委員会は、審問なしに標準ペナルティー [SP] を適用することができる。これらの違反と関連するペナルティーのガイドラインは公式掲示板に掲示される。

15. タイム・リミットとターゲット・タイム

- 15.1. マーク 1 のタイム・リミット、レース・タイム・リミット (RRS 35 参照) およびフィニッシュ・ウインドウを下表に示す。

種目	レース・タイム・リミット	マーク 1 のタイム・リミット	フィニッシュ・ウインドウ	ターゲット・タイム
420 級	60 分	20 分	10 分	30 分
ILCA6 級	60 分	20 分	10 分	30 分

- 15.2. マーク1のタイム・リミット内に1艇もマーク1を通過しなかった場合には、レースは中止する。
- 15.3. フィニッシュ・ウインドウとは、最初の艇がコースを帆走した後、艇がフィニッシュする時間のことである。スタートしたが、フィニッシュ・ウインドウ内にコースの帆走ができず、かつ、その後リタイアせず、ペナルティーを課されず、また救済を与えられなかった艇は、審問なしに「フィニッシュしなかった」(DNF)と記録される。これは、RRS 35、A 5.1、A 5.2、A 10 を変更している。
- 15.4. 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 RRS 61 を変更している。

16. 審問の要求

- 16.1. 抗議及び救済または審問再開の要求は、大会 RRS.org のオンラインフォーム “Hearing Request (審問要求書フォーム)” により、適切な制限時間内にプロテスト委員会事務局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、プロテスト委員会事務局で入手できる用紙に記入し、同事務局に持参して提出することができる。
- 16.2. それぞれの種目に対して、抗議締切時刻はその日の当該艇種の最終レース終了後、またはレース委員会が、「本日は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下記に示す時間とする。ただし、プロテスト委員会の裁量により、この時刻を延長することがある。公式掲示板の「抗議締切時刻通告」より確認することができる。

レース・エリア	時間
A ・ B	60 分

- 16.3. 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 分以内に通告を公式掲示板に掲示する。審問は山中湖村ヨットハーバー艇庫前テントのプロテスト審問室にて公式掲示板に掲示した時刻に始められる。
- 16.4. 委員会による抗議の通告を、RRS 60.2(d)に基づき艇に伝えるために公式掲示板に掲示する。
- 16.5. RRS 42 違反に対するペナルティーを課せられた艇のリストを掲示する。
- 16.6. RRS 63.5(d) に関する事項の「責任ある機関」は本大会のテクニカル委員会である。
- 16.7. 審問再開は、判決を通告された日の翌日の 8 時 30 分までの間に限り求めることができる。ただし、11 月 3 日(月)に判決を通告された場合には、判決を通告されてから 15 分以内とする。これは、RRS 63.7 を変更している。
- 16.8. 11 月 3 日(月)では、プロテスト委員会の判決に基づく救済要求は判決の掲示から 15 分以内でなければならない。これは RRS 61.2 を変更している。
- 16.9. RRS50.1(b)、クラス規則および大会装備規程の違反に対するペナルティーは、プロテスト委員会の裁量により失格より軽減することができる。
- 16.10. SI18.2の規定に基づく得点照会に対する回答を受けた後に提出された救済要求は、次の場合、締切時刻を満たしているものとする。
- 16.10.1. 得点照会が、得点またはシリーズ成績の情報が入手可能となった後、常識的にできるだけ早く提出され、かつ
- 16.10.2. 救済要求が、得点照会に対する回答が通知されたあと常識的にできるだけ早くに提出された場合。回答はオンライン・システムによって通知される。この項は RRS 61.2 を変更している。

17. 得点

- 17.1. 本大会は各種目とも7レースが予定され、それぞれ1レースの完了をもって成立する。
- 17.2. 艇の得点は、男子・女子・オープンを区別せずに付す。
- 17.3. 420 級にあっては、関東選抜・東日本 420 に、それぞれ別個に得点を付す。
- 17.4. 艇は、公式掲示板に掲示された得点またはシリーズ成績に誤りがあると判断した場合、大会 RRS.org のオンラインフォーム “Scoring Inquiry (得点照会のフォーム)” をレース委員会事務局に提出すること

で、得点及び成績の訂正を要請することができる。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、レース委員会事務局に持参して提出することができる。

- 17.5. 指示 14.3 に従ってペナルティーを課した艇に対して、標準ペナルティーガイドラインに従って得点を記録し、成績表には「STD」と表示する。ただし、そのレースの「DNF」の得点より悪くなることはない。これは規則 63.1、付則 A5.1 を変更している。なお、引き続きレースが行われた場合には、指示 19.1(a)の出艇申告手続きの誤りについては当日の一連のレースの最初のレースのみ、同様に指示 19.1(b)帰着申告手続きのあやまりについては、その当日の一連の最後のレースにのみペナルティーを課す。

17.6. カットレース

17.6.1. 4 レース未満しか完了しなかった場合、艇のシリーズの得点は、レース得点の合計とする。

17.6.2. 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。

17.7. RRS A5 の「シリーズに参加した艇の数」とは、指定期日までにエントリーを完了した艇数とする。

18. [NP]安全規定

18.1. [SP]420 級乗員届

420 級の第 1 レースの「乗員届」は、11 月 2 日（日）08：30～08：50 までの間に、陸上本部に提出しなければならない。第 2 レース以降乗員を変更する場合は、その都度「乗員変更届」を陸上本部に提出しなければならない。「乗員変更届」の提出時間は、引き続きレースが行われる場合には指示 19.1 のとおりとする。再度出艇する場合は「D 旗」掲揚時刻後 10 分までとする。なお、東日本 420 については乗員を変更することはできない。

18.2. [SP]チェックアウトチェックイン

18.2.1. レースに参加しようとする艇は、出艇申告書に艇長が署名しなければならない。また、レースに参加（出艇）しない艇は、その日の予告信号予定時刻の 30 分前までにリタイア DNC 申告書に艇長若しくは監督・引率責任者(代理)が署名しなければならない。

18.2.2. 帰着した艇は、帰着後速やかに、またさらに、その日の当該種目の最終レース終了後、またはレース委員会が、「本日は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下記に示す時間以内に帰着申告書に艇長が署名しなければならない。

レース・エリア	時間
A ・ B	60 分

18.2.3. 水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 SI 22.の運営船にその旨を伝えること。また、帰着後速やかに SI 19.1.1.のリタイア DNC 申告書に艇長若しくは監督(代理)が署名しなければならない。また、帰着した競技者は、SI18.2.2.に示す時間内にレガッタオフィスにて「帰着申告書」に署名しなければならない。

18.2.4. 一度ハーバーに帰着した艇（SI 19.1.3.）及び、SI 19.1.1.のリタイア DNC 報告の手続きを行った艇が再度レースに参加しようとする（出艇する）場合、競技者はリタイア DNC 申告書に出艇の申告署名をしなければならない。

18.3. 引き続き行われる予定のレースの出艇申告は取りまとめて行う。

18.4. 引き続き行われるレースでヘルムスマンが選手交代した場合、帰着申告は帰着直前のレースのヘルムスマンが行う。

18.5. [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。

18.6. 救助を必要とする艇の乗員は、頭上で手を大きく振って救助要請を行うこと。

18.7. 委員会は、危険な状態にあると判断した艇に対し、リタイアの勧告及び強制救助を行うことができる。これは艇による救済要求の根拠にはならない。これは RRS 61.4(b)を変更している。

- 18.8. レース委員会がピンク色旗を掲揚（音響信号なし）した場合、支援者艇に対する救助要請を示しており、支援者艇はレース委員会の指示に従わなければならない。この項は RRS 37 及びレース信号を変更している。（サポートチーム規程 STR 参照）
- 18.9. [DP]競技者は衣類又は個人装備を一時的に替えたり整えたりする間を除き、水上にいる間は個人用浮揚用具(ライフ・ジャケット)を着用しなければならない。ウェット・スーツとドライ・スーツは個人用浮揚用具ではない。クラス規則により規定された場合を除き、個人用浮揚用具は、ISO 12402-5、レベル 50 又は同等の基準に従うとともに、体重にあったサイズを着用しなければならない。
- 18.10. 曳航ロープについて
- (a)420 級については、420 クラス規則のとおりとする。
- (b)ILCA6 級については、直径 6 mm 以上、長さ 5 m 以上の曳航ロープをバウアイにつけて おかなければならない。

19. [NP] 引き続き行われるレースにおける乗員の交代

- 19.1.[SP]関東選抜 420 級で引き続き行われるレースにおいて乗員を交代しようとするチームは、新たに乗艇する乗員が陸上本部に「乗員変更届」を提出しなければならない。受付時間は、直前のレースのスタート時刻からレース終了時刻までの間とする。
- 19.2.指示 19.1 の手続きにより乗員の交代を海上にて行う必要が生じた場合、乗員の搬送はレース委員会の用意した船艇で行う。交代する乗員は指定された時間に装備を整えた状態で陸上本部前に待機しなければならない。
- 19.3.水上にいる 420 級の乗員が乗員交代の意向を監督コーチに伝えようとする場合は、当該レースの終了後 5 分以内にフィニッシングラインのレースコミッティーボートにその旨を申し出る事。

20. [DP] 装備と計測のチェック

- 20.1. 損傷または紛失した装備の交換は、テクニカル委員会の承認なしでは許可されない。交換の要請は、最初の妥当な機会に「装備交換フォーム」にてテクニカル委員会に行われなければならない。フォームはレースオフィスで入手できる。
- 20.2. 艇は自らの責任により、最終レース終了までの間、常にクラス規則及に従っていないなければならない。ただし、日常のメンテナンス、テクニカル委員会による許可を受けた修理交換作業中はこの限りではない。
- 20.3. 水上で艇はフィニッシュ後、テクニカル委員会より、検査のために直ちに指定されたエリアに向かうことを指示されることがある。陸上では、艇または装備がクラス規則、NoR 及び SI に従っていることを確認するため、いつでも検査されることがある。

21. 運営船

運営船の標識は次の通りである。

運営船	識別旗
レース委員会船	白地に黒字「RC」
プロテスト委員会船	白地に赤字「JURY」
テクニカル委員会船	緑旗
救助船	ピンク旗

22. 支援者艇

支援者艇は、サポートチーム規程（STR）に従わなければならない。

23. ゴミの処分

ゴミは支援者艇または運営船に渡してもよい。

24. 賞

24.1. 実施要項のとおり、賞を授与する。

25. リスク・ステートメント

RRS 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。

26. 肖像権

26.1. 競技者、指導者および本大会関係者は、本大会に参加することにより、大会期間中の競技者または装備に関する動画、スチール写真及び撮影された映像またはその製版について、対価を求めることなく、OA が独自の判断で使用する権利を与えるものとする。

26.2. (肖像の利用)

26.2.1. 競技者、指導者および本大会関係者は、OA および OA が認める企業・団体・報道機関等が次の各号の行為を行うことにつき、異議を述べない。

26.2.2. OA が、公益財団法人日本セーリング連盟、日本 4 2 0 協会、高等学校体育連盟に肖像を無償で提供すること。また、提供先が SI26.2.4.の行為を行うこと。

26.2.3. 本大会の開催期間中に、本大会の会場およびその周辺において、競技者、指導者および本大会関係者の肖像を撮影し、または記録すること。

26.2.4. 前号により撮影または記録した肖像を新聞、雑誌、ホームページに掲載し、テレビ、インターネットで放映するなど営利非営利を問わず利用すること。

26.3. (対価請求否認)

競技者、指導者および本大会関係者は、前項による肖像の利用について、名目の如何を問わず一切の対価を請求しない。

26.4. (本規程の承諾)

競技者および指導者は、本大会の参加申込書の提出により、SI に定める肖像権に関する規定を承諾したものである。本大会関係者は、本大会に関与することが決定したとき、本規程を承諾したものである。OA および委員会関係者は、上記に規定する以外の者に対し、本大会会場に来場した場合には、本規定を承諾したものと見なされる旨、掲示、放送その他の方法により告知する。

27. 故意または過失によって生じた損害の補償

OA は、競技者または支援者に対して、その故意または過失によって生じたすべての損害の補償を命じることができる。その損害の補償に関しては、OA の査定に従うものとする。

SI A ddendum A リンク先

◇大会ホームページのリンク URL



◇大会 LINE オープンチャットのリンク URL

QR コード ⇒ <https://x.gd/Ctoed>



※ LINE オープンチャットで使用するプロフィール名

選手は所属団体名+セイルナンバー + 氏 名 （登録例：所属名_JPN3776_東 富士の介）

サポーターは、所属団体名 + 氏名 （登録例：サポーター登録例：所属名_山中夕湖）

- LINE での質問、問い合わせは受け付けない。
- OA、委員会からの投稿に対して、返信、スタンプをしてはならない。

◇大会公式掲示板 URL （大会 RRS.org QR コード）

公式掲示板



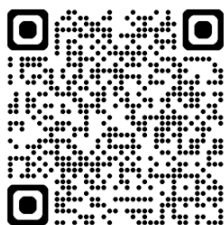
得点照会フォーム



審問要求書フォーム



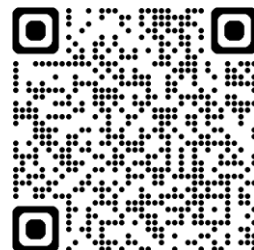
ペナルティー報告フォーム



審問予定



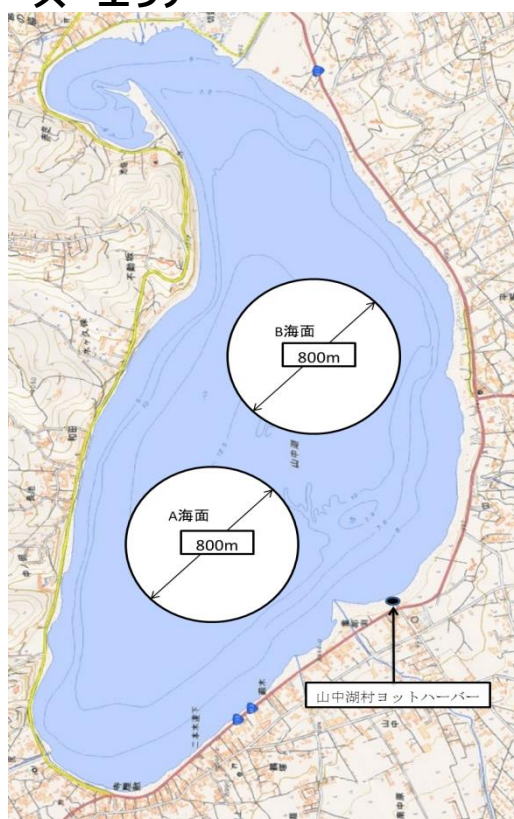
審問の判決



SI Addendum B レース日程及びレース数

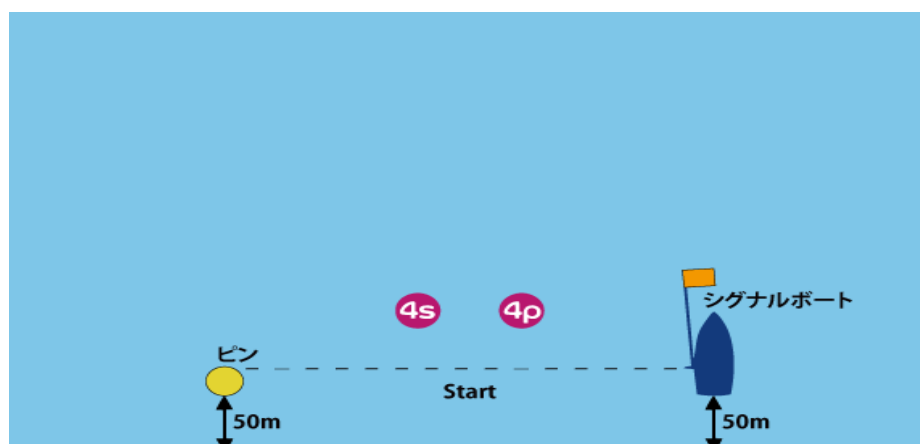
種目	11月2日(日) レース・エリア 予告信号時刻	レース NO 最大 レース数	11月3日(月) レース・エリア 予告信号時刻	レース NO 最大 レース数
420 級	A 10:30	R1 5	A 09:30	R6 2
ILCA6 級	B 10:30	R1 5	B 09:30	R6 2

SI Addendum C レース・エリア



AエリアとBエリアの位置は、重ならない範囲で、天候等の事情を勘案してエリアを設定する。

SI Addendum D スターティング・エリア



SI Addendum E コース図

