

2024 ILCA 6 /7(Laser)

All Japan Championships

静岡県立 三ヶ日青年の家

SAILING INSTRUCTIONS

1. 適用規則

- 1.1. 本大会には「2021～2024 国際セーリング競技規則」(以下、RRS)に定義された「規則」、日本セーリング連盟規程、レーザー・クラス・ルール、NOTICE OF RACE (以下、「NOR」)、この SAILING INSTRUCTIONS(以下、「SI」)を適用する。
- 1.2. SI と他の適用規則が矛盾した場合、SI を優先する。これは規則 63.7 を変更している。
- 1.3. 本大会の全ての規則を決定するのは次の通りとする。
 - 1.3.1. **[DP]**は、プロテスト委員会の裁量でペナルティーが決定する規則を意味する。
 - 1.3.2. **[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。
 - 1.3.3. **[NP]**は、この規則の違反は艇による抗議の根拠とはならないことを意味する。これは規則 60.1(a) を変更している。
- 1.4. RRS 付則 P、付則 T を適用する。
- 1.5. 規則 87 に基づき、レーザー・クラス・ルール 7(a)を以下のように制限する。
「レース中は登録された 1 名のみ乗艇できる。」

2. 競技者への通告

競技者への通告は、大会公式ホームページ上(https://sail.jpn.com/modules/docs/index.php?content_id=289) に設置された公式掲示板もしくは、以下に開設された「LINE オープンチャット」にて行われる。
(参加コード 2024LAJC)



URL: <https://x.gd/iPv8E>

*オープンチャットにおけるプロフィール名は、参加選手については「SailNo_氏名」(例:201486_山田太郎)、支援者については「所属_氏名」とすること。

なお、青年の家艇庫に設置された公式掲示板にも補助的な位置づけとして競技者への通告を掲示するが、大会公式ホームページ上の公式掲示板における掲示物と順序や内容、掲示時刻が異なった場合には、大会公式ホームページ上の公式掲示板が正式なものとなる。

3. SI およびレース日程の変更

SI の変更は、それが発効する当日の当該クラス予告信号予定時刻の 60 分前までに掲示される。ただしレース日程の変更はそれが発効する前日の 19 時までには掲示される。

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. 陸上で発する信号

- 5.1. 陸上で発する信号は青年の家艇庫前に設置された掲揚ポールに掲揚する。
5.2. [DP] [NP]音響信号 1 声と共に掲揚される D 旗は、「予告信号は、D 旗掲揚後 40 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
5.3. SI 7.1 に示された個別のレースに対して、「AP 旗」は掲揚しない。予告信号予定時刻の 40 分前までに「D 旗」が掲揚されない場合、そのレースのスタートは時間の定めなく延期されている。

6. レース方式

ILCA7 及び ILCA6 の各クラスは、単一フリートにてレースを実施する。

7. 日程

7.1. 大会日程

	Date	Event	Time
Day0	11月21日 (木)	大会受付・計測*計測フォーム提出及びセール計測 開会式	11:00-15:30 16:00
Day1	11月22日 (金)	大会受付・計測*計測フォーム提出及びセール計測 ブリーフィング 第1レース予告信号 引き続きレースを行う。 レセプション	08:00-9:00 9:00 10:25 18:30
Day2	11月23日 (土)	ブリーフィング その日最初のレース予告信号 引き続きレースを行う。	08:30 09:55
Day3	11月24日 (日)	ブリーフィング その日最初のレース予告信号 引き続きレースを行う。 閉会式	08:30 09:55 16:00

- 7.2. 本レガッタは各クラス 8 レースの実施を予定する。
7.3. 1 日につき 1 レースのみ、翌日に予定されたレースを前倒しもしくは前日までに消化できなかったレースを実施することがある。
7.4. 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の注意を喚起するために、予告信号が掲揚される最低 5 分前に音響信号 1 声とともにオレンジ旗を掲揚する。
7.5. 天候その他の事情により日程はレース委員会の裁量で変更することがある。

7.6. 最終日は、それぞれのレースエリアにおいて、最初にレースするクラスに対して 13 時 30 分より後に予告信号は発せられない。

8. クラス旗

クラス旗は次の通りとする。

種 目	クラス旗
ILCA7 クラス	白色生地 of ILCA 旗
ILCA 6 クラス	緑地生地 of ILCA 旗

9. レース・エリア

9.1. レース・エリアの位置は、添付図 1 に示す通りである。

9.2. 添付図 1 どちらのレース海面にならなくても艇からの救済要求の根拠とはならない。これは規則 62.1(a) を変更している。

10. コース

10.1. 添付図 2 のコース図は、各レグ間の角度、通過するマークの順序及びそれぞれのマークを通過する側を含むコースを示す。

10.2. 各クラスの予告信号以前に、レース委員会の信号艇に帆走するコースを表示する。

10.3. 予告信号以前に、レース委員会の信号艇に最初のレグのおおよそのコンパス方位を掲示する。

10.4. 添付図 2 のコース図において、3 レグ以上帆走したマークでフィニッシュすることでコース短縮することがある。ただし、マーク 1 とマーク 1a(オフセットマーク)間は 1 レグとしてカウントしない。

11. マーク

マークは次の通りとする。

Marks	New Mark	Offset Mark	Starting Line Mark	Finishing Line Mark
1,2,3s,3p,4s,4p,5		1a		
黄色の 円筒ブイ	ピンク色の 円筒ブイ	黄色の 円筒細ブイ	レース委員会艇	レース委員会艇 赤色の円筒細ブイ

12. スタート

12.1. スタート・ラインは、スターボードの端となるレース委員会艇の『オレンジ色旗』を掲げたポールと、ポートの端となるレース委員会艇の『オレンジ色旗』を掲げたポールの間とする。

12.2. **[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・ラインから概ね 100m の範囲およびコースサイドから離れていなければならない。

12.3. 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。これは規則 A4 と A5 を変更している。

12.4. 規則 30.4(黒色旗規則)に以下を変更、および追加して適用する。

(a) セール番号は少なくとも 3 分間掲示する。セール番号を最初に掲示する時に長音が発せられる。セール番号が掲示された艇は、新しい準備信号までに SI 12.4(b)に定義されるレース・エリアを離れなければならない。それに従わない場合、その艇は審問なしに DNE と記録される。

(b) スタート信号前のレース・エリアは、スタート・ラインから概ね 100m の範囲とする。スタート信号後のレース・エリアは、いずれかのフリートがレースを行っている間は、艇が通常帆走すると考えられる地点の外側 概ね 100m の範囲とする。

(c) レース委員会は艇に規則 62.1(a)に基づいて救済が与えられると判断した場合、規則 30.4 違反艇の

セール番号を掲示せず失格にしないことがある。これは規則 30.4、60.2 および 63.1 を変更している。

13. コースの次のレグの変更

レース委員会は、(a)新しい変更用マークを設置するか、(b)フィニッシュ・ラインを移動するか、もしくは(c)風下マーク(3s/3p,4s/4p,5)を移動することによってコースの次のレグの変更を行う。新しい変更用マークを設置した場合、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。

14. フィニッシュ

フィニッシュ・ラインはレース委員会艇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である。

15. 規則 42 違反におけるペナルティ・システム

- 15.1. 規則 42 違反に対し、付則 P を適用する。
- 15.2. 付則 P2.3 は適用されず、付則 P2.2 を変更し、2 回目以降のペナルティに適用される。
- 15.3. 艇がフィニッシュ・ラインを横切った後に 1 回目のペナルティが課される場合、その艇に DNF の 10%(小数点 0.5 切り上げ)の得点ペナルティを付与する。ただし、そのレースの得点が DSQ よりも悪くなることはない。これは RRS 44.2 を変更している。

16. タイム・リミットとターゲット・タイム

16.1. タイム・リミットとターゲット・タイムは以下のとおりとする。

マーク 1 の タイム・リミット	レース・タイム・ リミット	フィニッシュ・ ウィンドウ	ターゲット・タイム
25 分	75 分	15 分	40~45 分

- 16.2. 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、レースは中止される。これは規則 32.1 を変更している。
- 16.3. 各クラスとも、規則 28 に基づき、かつ規則 29.1、規則 30.3、規則 30.4、に違反しないでスタートした最初の艇のフィニッシュ後 15 分以内にフィニッシュしない艇は「フィニッシュしなかった(DNF)」と記録される。これは規則 35 及び規則付則 A4 と A5 を変更している。
- 16.4. ターゲット・タイム通りとならなくても、救済要求の根拠とはならない。これは規則 62.1(a)を変更している。

17. 抗議と救済の要求

- 17.1. 抗議書は、青年の家艇庫の大会本部で入手できる。抗議及び救済または再審の要求は適切な制限時間内に大会本部に提出しなければならない。
- 17.2. 抗議締切り時間はその日の最終レース終了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の、どちらか遅い方から 60 分とする。この項は規則 61.3 を変更している。
- 17.3. 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通告するために、抗議締切り時刻後 30 分以内に通告書を掲示する。審問は、青年の家艇庫にあるプロテスト・ルームで行われ、抗議締切り時刻前に行われることもある。
- 17.4. レース委員会、テクニカル委員会またはプロテスト委員会による抗議を規則 61.1(b)に基づき伝えるために公示する。
- 17.5. SI 1.3 に基づき標準ペナルティを課せられた艇のリストおよび規則 42 違反に対するペナルティを課せられた艇のリストを掲示する。
- 17.6. レースを行う最終日には、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 30 分以内に提

出されなければならない。これは規則 62.2 を変更している。

18. 得点

18.1. シリーズが成立するためには、各クラスとも 2 レースを完了することを必要とする。

18.2.

(a) 完了したレースが 4 レース未満の場合、艇のシリーズの得点はレース得点の合計とする。

(b) 完了したレースが 4 レース以上の場合、艇のシリーズの得点は、最も悪い得点を除外したレースの得点の合計とする。

19. [DP] [NP] 安全規定

19.1. レース委員会は下記の安全規定の違反に対し、艇を抗議することが出来る。

19.2. レースに参加(出艇)しない艇は、所定の DNC・リタイア申告書に参加しないレース・ナンバーを記入し大会本部に提出しなければならない。

19.3. [SP] 申告

19.4. 出艇申告は艇長の署名をもって行う。出艇しようとする艇長は所定の用紙に署名した後に、出艇しなければならない。署名用紙は、最初のクラスのレース予告信号予定時刻の少なくとも 60 分前から D 旗掲揚後 20 分の間、大会本部に用意される。

19.5. 帰着申告は艇長の署名をもって行う。帰着した艇長は速やかに所定の用紙に署名しなければならない。帰着申告の締切時間は、レース終了後(引き続きレースが行われる場合は、その日のレース終了後)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の、どちらか遅い方から 60 分以内とする。ただし、レース委員会の裁量により、この時間は延長されることがある。署名用紙は、通常時は大会本部に用意されるが、荒天時等迅速に帰着確認が必要な場合には、出着艇を行うスロープ付近に用意されることがある。

19.6. 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、帰着後出来るだけ早くレース委員会に伝えなければならない。

19.7. [SP] SI 19.6 のリタイア艇は抗議締切り時間内に所定の DNC・リタイア申告書にリタイアしたレース・ナンバーを記入し大会本部に提出しなければならない。

19.8. [DP]各艇の乗員は、離岸から着岸まで、衣服または個人装備を一時的に替えたり整えたりする間を除き、競技者は個人用浮揚用具を着用していなければならない。これは規則 40 を変更している。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。

19.9. 救助を求める必要がある場合には、“手のひらを広げて”振り、その意志を表わすこと。救助の必要がない場合には“こぶしを握って”振ること。

19.10. 必要とみなされた場合、競技者は自艇を放棄してレスキュー・ボートに乗艇するよう運営艇に命じられることがある。強制救助に対しては、艇からの救済要求の根拠とはならない。これは規則 62.1(a) を変更している。

19.11. [DP]艇は水上にいる間は、直径 6mm、長さ 5m 以上のパウ・ラインをパウ・アイにつけておかなければならない。

19.12. [DP]マスト・トップに着脱可能な浮力体を取り付けてもよい。形状は球形に限り、1 か所のロープで取り付けなければならない。ただしコンディションにより付けたり外したりしてもよい。

19.13. 艇を救助した者(レース委員会等大会関係者、チームリーダー・コーチその他の支援者等)は、艇体放棄をする際には、競技者の安全が確保されていることを示すために、ハザード・テープをパウ・アイに結んでおく。

20. [DP] [NP]乗員の交代と装備の交換

20.1. 競技者の交代は、許可されない。

20.2. 選手は大会において 1 つのハル、セール、バテンセット、マスト、ブーム、センターボード、ラダーを使用しなくてはならない。

- 20.3. 艇または装備が損傷した場合、レース委員長の書面での許可を受けた場合にのみ交換することができる。その日の最初のレースのスタート前 90 分以降からその日の最後のレースのスタート前までに破損が発生した場合、テクニカル委員会に口頭で臨時許可を得た後、その日の抗議締め切り時刻以前に書面で許可申し込みを行わなければならない。

21. 艇、装備および衣類の検査

- 21.1. 各艇は、あらかじめセルフチェックを行い、大会受付時に記入済みの計測フォームを提出し、セール計測を受けることで計測を完了させなければならない。
*計測フォームは大会サイト (<https://sail.jpn.com/modules/>)からダウンロードすること。
- 21.2. セール計測は以下日程にて青年の家艇庫内にて行う。各自セール及びバテンを持参のこと。
11月21日 11:00~15:30
11月22日 08:00~09:00
- 21.3. 計測は、テクニカル委員会の判断により、任意の日程に行われることがある。
- 21.4. 艇、装備および衣類は、クラス規則と SI に従っていることを確認するため、大会期間中にいつでも検査されることがある。
- 21.5. [DP]セール番号が艇体の番号と違う場合や参加申し込み時と違う場合には、大会本部に備え付けられた「セール番号変更届」により申請すること。これはクラスルール 4.e.ii を変更している。

22. 運営艇の識別

運営艇の標識は次の通りとする。

Boat	Flag description
レース委員会艇	白色旗（黒字、青字で R C 表記）
プロテスト委員会艇	白色旗（黒字 JURY 表記）
メディアボート	白色旗（黒字で MEDIA 表記）

23. [DP] [NP]支援艇

- 23.1. チーム・リーダー、コーチその他の支援者は、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するかもしくはリタイアするか、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外側にいなければならない。ただし、レスキュー等緊急の場合を除く。
- 23.2. 支援艇は水上にある場合、大会受付時に交付される「ピンク旗」を掲揚しなければならない。
- 23.3. レース委員会は、レース委員会艇に「V 旗」を掲揚したうえで、支援艇に対して無線または口頭でレース・エリアに入った救助活動の協力を要請する場合がある。この場合、SI 23.1 は適用されない。支援艇は可能な限りこの要請に応じなければならない。
- 23.4. 支援艇は、大会主催者から貸与される無線機を携帯して出航し、やむを得ない場合を除き常に指定されたチャンネルを受信していなければならない。無線機は各日レース終了後必ず返却のこと。
- 23.5. 支援艇は、SI 19.13 において使用するハザード・テープを 3 つ以上搭載しなければならない。ハザード・テープは大会本部にて入手できる。
- 23.6. 支援艇の乗員は、離岸から着岸まで、衣服または個人装備を一時的に替えたり整えたりする間を除き、個人用浮揚用具を着用していなければならない。ウエット・スーツとドライ・スーツは個人用浮揚用具ではない。
- 23.7. 支援艇のドライバーは、艇外に投げ出されたり、その他の理由で支援艇がコントロール不能とならないために、支援艇のエンジンが動作している時は常にキル・コードを装着していなければならない。

23.8. レース委員会から許可を得た場合を除き、レース・エリア及び大会会場においてドローン等の飛行を禁止する。

24. [DP][NP]ごみの処分等

24.1. ごみを故意に投棄してはならない。

24.2. ごみはレース委員会艇に渡してもよい。また、競技者は、飲料水、食料、衣類等の荷物を一時的にレース委員会艇に預けてもよい。ただし、競技者はレース中にレース委員会艇との荷物の受け渡しを行ってはならない。

25. [DP]無線通信

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。ただし、レース委員会が用意するトラッキングシステムは含まない。

26. [NP][SP]トラッキングシステム

26.1. 公式掲示板にてレース委員会により指示があった場合、準備されたトラッキングシステムの端末機器を指定された位置に搭載しなければならない。

26.2. 端末機器は、SI 19.3 で行われる出艇申告時に受け取ることができる。端末機器は、帰着申告時にレース申告受付所へ返却しなければならない。

26.3. トラッキングシステムを搭載する艇の指定は、その日の8時30分までに公式掲示板に掲示される。

27. 賞

27.1. 各クラス、「レーザークラス規則付則」に基づき、成績上位者には「レーザーキューブトロフィー」が授与される。

27.2. 各クラスの All Japan Championships 優勝者(2位以降を含む)は「日本レーザークラス協会メンバー」に与えられる。各クラスの成績上位者には賞が授与される。

28. クオリファイ

日本レーザークラス協会内規「2025 ILCA7/ILCA6 シニア選考方針」、「2025 ILCA6/ILCA4 ユース選考方針」及び「ILCA All Japan Championships 参加資格について」による。

29. 肖像権

競技者は、本レガッタに参加することにより、レガッタ期間中の競技者または競技者の装備に関する動画、写真等の映像について、その競技者に予告なく主催団体の判断で使用する権利を主催団体に与えるものとする。

30. リスクステートメント

このレガッタの競技者は自分自身の責任で参加する。RRS 3「レースをすることの決定」を参照。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。

主催団体は、大会の前後、期間中に生じた物理的損害または身体障害若しくは死亡によるいかなる責任も負わない。

31. [DP][NP]保険

競技者は、有効な傷害保険と第三者賠償責任保険に加入していなければならない。

32. ドーピングコントロール

- 32.1. 本大会は、日本ドーピング防止規定に基づくドーピング検査対象大会となる場合がある。
- 32.2. 本大会参加者は、エントリーした時点で日本ドーピング防止規定に従い、ドーピング検査を受けることに同意したものとみなす。
- 32.3. 未成年で、承諾書を JSAF へ未提出の選手は、下記リンクよりアンチ・ドーピング「未成年競技者親権者承諾書」を記入の上、受付時に提出すること。
参照リンク：[オリンピック強化委員会 \(jsaf-osc.jp\)](http://jsaf-osc.jp)
- 32.4. 本レガッタ参加者は、本レガッタにおいて行われるドーピング検査(尿・血液 等検体の種類を問わず)を拒否又は回避した場合、検査員の指示に従わない場合、帰路の移動等個人的諸事情によりドーピング検査手続を完了することができなかった場合等は、アンチ・ドーピング規則違反となる可能性がある。アンチ・ドーピング規則違反と判断された場合には、日本アンチ・ドーピング規程に基づき制裁等を受けることになるので留意すること。
- 32.5. レガッタ・レガッタ外検査問わず、血液検査の対象となった競技者は、採血のため、競技/運動終了後2時間の安静が必要となるので留意すること。
- 32.6. 日本アンチ・ドーピング規程の詳細内容およびドーピング検査については、公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構のウェブサイト(<http://www.playtruejapan.org>)にて確認すること。

33. [DP][NP]新型コロナウイルス感染拡大防止対策

- 33.1. こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 33.2. 感染拡大防止のために主催者の決めたその他の措置を遵守し、主催者の指示に従うこと。

34. SI 等に関する質問

SI 等に関する質問は、11月17日(火)まで電子メールで受け付ける。また、大会期間中に「大会本部」に文書で質問書を提出することができる。質問に対する回答は公式掲示板に掲示される。

電子メールでの質問書送付先: ilcajpn@cityfujisawa.ne.jp 一般社団法人 日本レーザークラス協会

35. 問い合わせ先

(一社) 日本レーザークラス協会

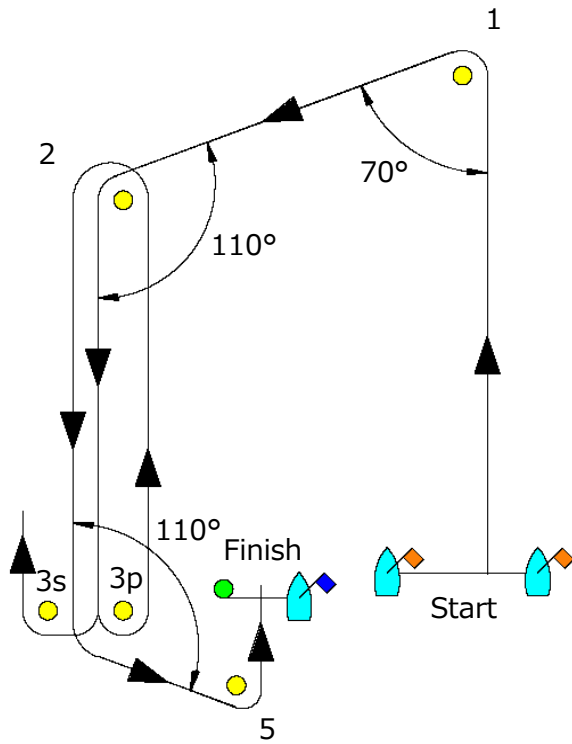
事務局 奥津 ilcajpn-kyouka@cityfujisawa.ne.jp

添付図 1 レース・エリア



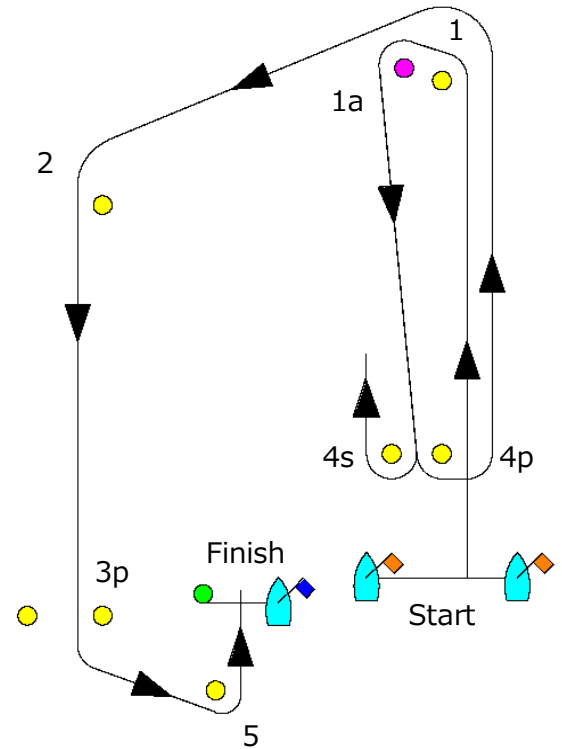
添付図2 コース図

O2



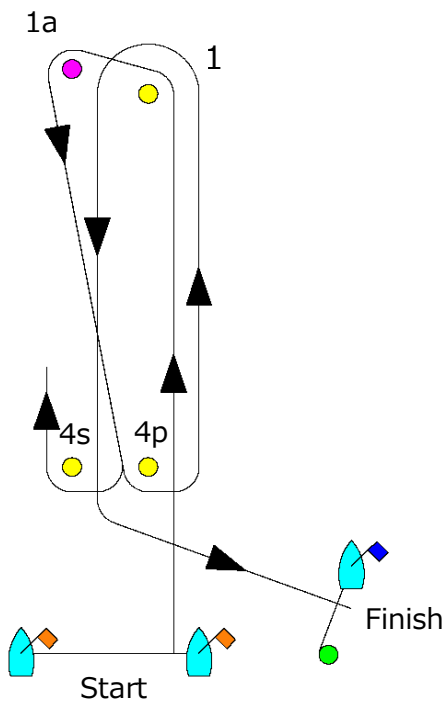
Start-1-2-3s/3p-2-3p-5-Finish

I2



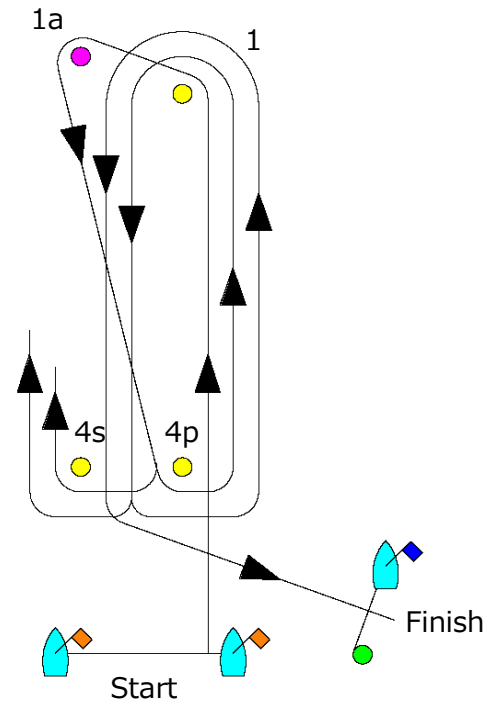
Start-1-1a-4s/4p-1-2-3p-5-Finish

W2



Start-1-1a-4s/4p-1-4p-Finish

W3



Start-1-1a-4s/4p-1-4s/4p-1-4p-Finish