

2026 年度 湘南カップ

2026 年 9 月 20 日(日)

主催:レーザー材木座フリート 開催地:神奈川県 鎌倉沖 D 海面

帆走指示書 SAILING INSTRUCTIONS

1. 規則

- 1.1 本レガッタは、セーリング競技規則 2021 2025(以下規則)、クラスルール、レース公示(以下 NOR)、この SAILING INSTRUCTIONS(以下 SI)およびクラスルールを適用する。
- 1.2 SI は NOR よりも優先する。これは規則 63.7 を変更している。
- 1.3 本大会において、全ての規則を決定するのは次の通り。
 - 1.3.1 本大会において、プロテスト委員会は設置しない。
 - 1.3.2 【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規則を意味する。
 - 1.3.3 【NP】は、この規則に違反する艇による抗議の根拠に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。
 - 1.3.4 レーザークラスルール 7(a)は適用されない。また、「レース中は登録された 1 名のみ乗艇できる」に変更する。
 - 1.3.5 ペナルティーは付則 P 及び付則 T を適用する。

#

2. SI の変更

SI の変更は、レース当日の午前 8:00 までに掲示される。但し、スキップーズブリーフィングにおいて帆走指示書の変更が出た場合はこの限りではない。

#

3. 選手とのコミュニケーション

- 3.1 公式掲示板および競技者への通告はオンラインのみとし、LINE オープンチャット「2026ILCA 湘南カップ」に掲示する。

https://line.me/ti/g2/DzaQp3YeqDWYtyD8mg5NjXdA2CqT0ETKkdMPlw?utm_source=invitation&utm_medium=link_copy&utm_campaign=default



- 3.2 「2026 年度 ILCA 湘南カップ」におけるプロフィール名は、選手は「SailNo_氏名(例:123456 湘南太郎)、支援者は「団体名_氏名」とすること。
- 3.3 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。

- 3.4 開会式およびブリーフィングの内容については、大会本部から各出艇場所の代表者に伝え、各出艇場所の代表者から各選手に伝えられる。重要な事項については「**2026 年度 ILCA 湘南カップ**」にも掲示される。

- 3.5 閉会式・レセプションは材木座フリートで実施する。

4. 行動規範

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。

5. オンライン上で発せられる信号

- 5.1 オンライン上で発せられる信号は、「**2026 年度 ILCA 湘南カップ**」に掲示される。
なお、陸上での掲示は行わない。
- 5.2 回答旗がオンライン上で掲示された場合、レース信号『回答旗』中の「1 分」を 30 分以降と置き換える。
- 5.3 【NP】オンライン上で D 旗が掲示された場合、「予告信号は D 旗掲揚後 45 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出艇してはならない。

6. レース日程

6.1 レース日程

DATE	EVENT	TIME
9 月 20 日 (日)	開会式・ブリーフィング	8:30
	第 1 レース予定時刻 引続きレースを行う	10:00
	閉会式	16:30

- 6.2 受付は特に設けない。
- 6.3 最大レース数は 4 レースとする。カットレースは設定せず、全レースの得点を集計する。
- 6.4 1 つのレースまたは一連のレースが間もなく始まることを艇に注意を喚起するために、予告信号を発する最低 5 分以前に、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。
- 6.5 上記のスケジュールは、レース委員会の裁量により変更されることがある。
- 6.6 予告信号は **13:00 以降**に発しない。

7. クラス旗

クラス旗は以下の通りとする。

種目	クラス旗
ILCA7 クラス	白色地のレーザークラス旗
ILCA6 クラス	緑色地のレーザークラス旗

8. レースエリア

- 8.1 レースエリアのおおよその位置は、SI 添付図 1 の D 海面に示す通りである。
- 8.2 添付図 1 通りのレースエリアとならなくても、艇からの救済要求の根拠とはならない。これは規則
62.1(a)を変更している。

9. コース

- 9.1 添付図 2 のコース図は、各レグの概ねの角度、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. マーク

マークは以下の通りとする。

コース 1	Mark 1,2, ピンク色の 円筒型ブイ
-------	-----------------------------

Start Line Mark	Finishing Line Mark
Mark 2 と兼用	オレンジ色の 球形ブイ

11. スタート

- 11.1 レースは、規則 26 を用いて予告信号をスタート信号の 5 分前とし、スタートさせる。
- 11.2 スタートラインは、スターボードの端にあるレース委員会艇のオレンジ旗を掲揚しているポールと、ポートの端のスタートマーク側の間とする。
- 11.3 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 以内の範囲とコースサイドから離れていなければならない。
- 11.4 スタート信号の 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 A5.1 および A5.2 を変更
- 11.5 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 3 分間以上掲示する。セール 番号掲示の際は長音が発せられる。セール 番号が掲示された艇は、新しい準備信号までに SI11.3 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 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 100m の範囲とする。
- 11.6 スタートは ILCA7、ILCA6 の順で実施予定。但し、変更される場合がある。
次のクラスは前のクラスのスタート後、1 分後に予告信号を発する。

12. コースの次のレグの変更

- 12.1 次のマークの位置を変更する場合、レース委員会は元のマークを新しい位置に移動する。
このとき、先頭艇がそのレグを開始する以前に、SI 12.2 にしたがって信号が発せられる。
この信号はマーク移動がまだ完了してなくても発せられる場合がある。
- 12.2 次のマークの位置の変更の信号は、回航マーク付近に停泊するコミッティボート上に C 旗を掲げ、新しいマークがもとのマークに対してポート側 にある場合は赤旗を、スターボード側に
ある場合は緑旗を掲げるにより行われる。可能な場合には断続的な音響信号が発せられる。これは、RRS 33(コースの次のレグの変更)および RRS レース信号を変更する。

13. 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、スターボードの端のオレンジ色の球形ブイのフィニッシュマークのコース側の間とする。

14. ペナルティー方式

- 14.1 付則 P を適用する。
- 14.2 付則 P.2.3 は適用されず、付則 P.2.2 を変更し、2 回目以降のペナルティーに適用される。

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(規則 35 参照)および、ターゲットタイムは以下の通りとする。

マーク 1 のタイムリミット	レースタイムリミット
----------------	------------

20 分	60 分
フィニッシュウインド	ターゲットタイム
10 分	35 分～40 分

- 15.2 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。
- 15.3 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 10 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、付則 A4、A5 を変更している。
- 15.4 ターゲットタイム通りにならなくても艇の救済根拠とはならない。これは規則 62.1(a)を変更している。

16 得点

- 16.1 シリーズが成立するためには、1 レースを完了することを必要とする。
- 16.2 艇のシリーズの得点はレースの得点の合計とする。

17. 【NP】安全規定

- 17.1 レース委員会は、下記の安全規定の違反をした艇を抗議することができる。
- 17.2 出艇申告、帰着申告は LINE オープンチャット「レーザー湘南カップ 2026」への申告をもって行う。出艇しようとする艇長は、申告後に出艇すること。出艇申告はブリーフィング後から受け付ける。(但し、出艇は D 旗掲揚後)
- 17.3 帰着申告の締切り時刻は、レース終了後または、これ以上のレースを実施しないという信号を発した後の 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可能性がある。
- 17.4 海上でリタイアした艇は、以降のレースを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にその旨を伝えること。また、帰着後速やかにレース委員会に伝えなければならない。
- 17.5 乗員は離岸から着岸までの間、十分な浮力を持つライフジャケットを着用していなければならない。ただし衣服の着脱に携わる短時間の場合を除く。これは規則 40 を変更している。ウェットスーツ、ドライスーツは個人用浮揚用具ではない。
- 17.6 レース艇が救助を求める場合は、救助する船に対して片手を高く上げ左右に振って合図を送ること。
- 17.7 レース委員会は、危険な状態あると判断したレース艇に対してリタイアを勧告する。また、緊急救助を要すると判断した場合には、競技者の意思に拘わらず強制的に救助できる。救助されたことによる艇からの救済要求は認めない。これは規則 62.1(a)を変更している。
- 17.8 艇は、水上にいる間は直径 6mm 以上、長さ 5m 以上のパウラインをバウアイにつけておかななければならない。
- 17.9 マストトップに着脱可能な浮力体を取り付けてもよい。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。

18. 【NP】乗員の交替と装備の交換

- 18.1 乗員の交代は許可しない。
- 18.2 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。

19. 装備と計測のチェック

艇、装備および衣類がクラス規則と SI に従っていることを確認するため、検査されることがある。

20. 支援艇

- 20.1 支援者は、最初にスタートするクラスの準備信号時刻から全ての艇がフィニッシュするか、リタイアまたは、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、レスキュー等の緊急時を除く。

- 20.2 レース委員会がレース委員会艇に V 旗を掲示した場合は、支援艇に救助の要請をしていることを意味する。この場合、SI21.1 は適用されない。
- 20.3 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整えたりする場合を除き、個人用浮遊具を着用していなければならない。尚、ウェットスーツ、ドライスーツは個人用浮遊具ではない。
- 20.4 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。

21. [NP]ゴミの処分

ゴミを故意に投棄してはならない。ゴミを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、衣料等の荷物を一時的にレース委員会艇に渡してもよい。ただし、競技者はレース中に支援艇もしくは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。

22. [NP]無線通信

レース艇は水上にいる間は、無線送信も、すべての艇が利用できない無線通信の受信もしてはならない。また、この制限は携帯電話にも適用される。

23. 賞

賞を各クラス上位 3 名に授与する。

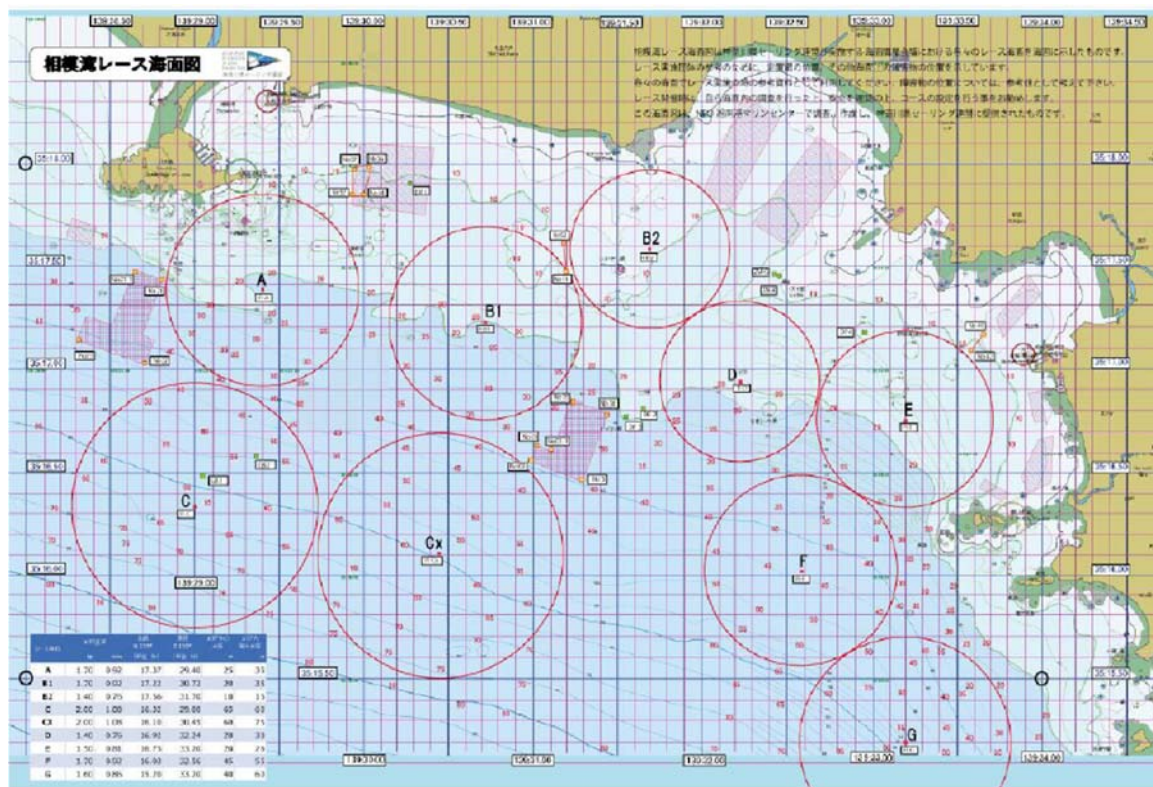
24. 責任の否認

競技者は、規則 3 に基づき自己のリスクでレガッタに参加している。本大会に関わる全ての団体は、レガッタ前、レガッタ中またはレガッタ後において受けた物的損傷または個人の負傷もしくは死亡に対して責任を否認する。

25. [NP]保険

競技者は、有効な傷害保険および第三者賠償責任保険に加入していなければならない。

添付図 1 レース海面



添付図 2 コース図

