

1. ボードカテゴリー

- 14' 0"ft レースボード (14' 0"ft 以下/幅規定なし) : メンクラス・ウィメンクラス
- 12' 6"ft レースボード (12' 6"ft 以下/幅規定なし) : メンクラス・ウィメンクラス
- サーフボード (12' 6"ft 以下/幅規定なし) : メンクラス・ウィメンクラス
- インフレーターブルクラス (12' 6"ft 以下/幅規定なし) : メンクラス・ウィメンクラス
- ビギナークラス (SUP 歴 1 年未満) : 男女クラス分け無し

2. ボード測定

- (1) レース運営者は、スタート前に任意のボードの長さを測定することができる。
- (2) ボード長の測定は、デッキを上にして自然にフラットになる状態で、ノーズからテールまでを測る。

3. 競技中のルール

- (1) 競技中の選手は、リーシュコードと浮力体を装着していなければならない。
- (2) 一度スタートしたらフィニッシュするまでの間、ボードの上に立ってパドルリングしなければならないことを基本とする。
- (3) 競技中の選手はパドルしていなければ、座ったり寝そべったりしても良いが、その状態で 5 回以上のパドルリングをすると失格となり、DNF と記録される。※DNF=Did not Finish
- (4) レース中にボードを前に進めるためには、パドルと波と風だけを利用する。サポートする乗り物の引き波を利用したり、風を受けるようにデザインされた服装で競技したり、その他、スピードを増す装置等をつけることは一切禁止とする。
- (5) 一般のプレジャーボートがレースコースを通った場合の引き波は、自然のコンディションとみなされる。

4. スタート

- (1) スタートライン及びスタートの方式は、レース当日の選手ミーティングで発表し、スタート時間とともに公式掲示板に掲示される。
- (2) 選手は各自の責任において、スタートの時間及びスタート位置を把握しなければならない。
- (3) 各選手はスタート 1 分 30 秒前までに、指示された場所にボードを置き、隣り合う選手の妨げにならないようお互いに配慮する。
- (4) スタートの合図は旗とホーンにより示される。
 - 予告信号 (1 分 30 秒前) ■ 赤色旗降下
 - 準備信号 (1 分前) ■ 黄色旗掲揚 音響信号一声 (短音)
 - 準備信号 (30 秒前) ■ 黄色旗降下 音響信号一声 (短音)
 - スタート信号 (5 秒前) ■ 青色旗掲揚
 - スタート信号 音響信号 短音二声の後、長音一声 同時に青色旗降下
- (5) スタート信号・青色旗が降下するまで、示されたスタートラインより、スタートしようとする選手の身体及びボードやパドルの一部がコース上に出てはならない。

5. スタートのスタイルと方式

■ ビーチスタート

- ① 選手はボードとパドルを持って陸上に指示されたスタートラインに着く。
- ② スタート準備信号 30 秒前が示されたときには、リーシュコードを装着しているものとする。
- ③ 砂浜に示されたスタートラインより、スタートしようとする選手の足の先が出てはならない。

■ ルマンスタート

- ① 選手はリーシュコードを付けたボードを波打ち際の指示された場所に置き、パドルのみを持ちスタートラインに着く。
- ② スタートしたら、各自のボードに付けられたリーシュコードを装着して海に侵入する。

■ ウォータースタート

- ① 選手はスタート 30 秒前までにリーシュコードを装着し、ボードとパドルを持って海中に指示されたスタート位置に着く。
- ② スタートの合図でボードに乗り、パドルングしてスタートする。

6. リコール(フライング)

- (1) スタート時点で選手の体、ボード、パドルの一部がスタートラインのコース側に出たとき、音響信号と共に赤色旗が掲揚され、水上バイクがコース上を横切る。
- (2) リコールされたそのレースまたはヒートは再スタートとなる。
- (3) 再スタートは赤色旗降下を新しい準備信号の 30 秒前とする。
- (4) 2 回フライングをした選手は失格となり、スタートする権利を失う。記録は DNS とする。
- (5) 失格した選手はビブカラーとナンバーをコールされる。
- (6) コールされた選手は速やかにビーチに戻らなければならない。※DNS=Did not Start

7. タイムリミット

■ スタートのリミット

スタート信号（青色旗降下）の後、1 分以内にスタートしなければならない。これに遅れた選手は DNS と記録される。

■ フィニッシュのリミット

① スラロームの場合

トップ選手のフィニッシュから 3 分以内にフィニッシュ出来ない選手は DNF をコールされ、その選手は、すみやかに競技エリアから出なければならない。

② コースレースの場合

トップ選手のフィニッシュから 1 時間以内、もしくはレースディレクターが定めた任意の時間内にフィニッシュ出来ない選手は DNF と記録される。

8. 優先権

「コース上を先行するボードは優先権を得る」

- (1) 後続の選手は先行している選手を避けなければならない。
- (2) 権利の移行は後続選手のノーズが先行している選手のノーズを越えたとき、優先権を持つ。

「マークに近いボードは優先権を得る」

- (1) オーバーラップしているボード同士がマークを回航する際は、マークに対し内側にあるボードが優先権を持つ。
- (2) 先行するボードにオーバーラップする後続のボードが内側を回航する場合、後続するボードの選手は先行するボードの選手に対し、必要なスペース「ルーム」を要求することができる。

「ワイプアウトしている選手は他の選手の妨げにはならない」

- (1) ワイプアウトしているボードは、他のすべての選手が避けなければならない。
- (2) ワイプアウトしている選手が明らかに後続の選手の妨げになったと判断される場合、ワイプアウトしている選手は妨害行為と判断され、失格またはマイナスポイントとなる。

9. マーク回航

- (1) レースにおけるマークにはマーク審判員を置く。
- (2) マーク審判員は、選手が確実にマークを回航し、正しいコースに進むことを補助する。
- (3) 選手は各マークを決められた方向から、確実に回航しなければならない。
- (4) マークを回航していない場合は、その場でマーク審判員よりコールされる。
- (5) コールされた選手は失格となり、記録は DNF となる。
- (6) ただし、コールされた選手が回航しなかったマークまで戻り回航すれば、レースに復帰することが出来る。
- (7) 先行してマークを回航しようとするボードの内側にノーズがある場合には、先行するボードの選手に対し「ルーム」を要求することができる。
- (8) ボードがオーバーラップしている場合、外側のボードは内側のボードにマークまたは障害物を回航または通過するためのスペース「ルーム」を与えなければならない。
- (9) ルームを与えない選手は妨害行為とみなされる。
- (10) ただし、クリアノーズの状態にあるときには、先行するボードに対し「ルーム」の要求をしてはならない。
- (11) ボードがオーバーラップしていないのにルームの要求を行った場合は、ルームを要求された選手に対する妨害行為とみなされる。

10. 障害物の通過

- (1) ワイプアウトまたは復元中の選手及びそのボードは、コース上にある障害物とみなす。
- (2) コース上にある障害物に、ボードのノーズが衝突した場合は失格（DNF）となる。
- (3) ボードのノーズ以外の部分が接触した場合は、マイナスポイントとなる。
- (4) コース上にある障害物をパドルで叩く、手で押す、足で蹴るなどの行為をしてはならない。

11. フィニッシュとゴール

- (1) レースのフィニッシュとはパドリングの終了である。

- (2) フィニッシュは、ボードの上に立っている状態において、上半身がフィニッシュラインの見通し線を横切ったときとする。
- (3) フィニッシュ後にボードを放棄してもよいが、パドルは保持したままゴールエリアに向かうものとする。
- (4) フィニッシュした全ての選手は、ゴールエリアに設けられたフラッグの見通し線上を横切らなければ、ゴールしたと認められない。
- (5) ゴールラインには審判（チェッカー）を置き、競り合う選手同士の着順を正しく判断する。
- (6) 陸上のゴールエリアに達しない選手は DNF と記録される。
- (7) ゴールした選手はその着順を守り、指定された場所で帰着申告を行う。
- (8) 帰着申告を行わない選手は DNF と記録される。
- (9) 帰着申告を済ませた選手は速やかに自分のボードをフィニッシュエリアから退出させること。

12. ドラフティング

- (1) 先行する選手の航跡の1艇身以内を漕ぎ続けることをドラフティングとみなす。
- (2) 先行艇の斜め後ろでサイドトレインを行う場合はいかなる状況であっても先行艇の進路の妨害をしてはならない。先行艇の進路を妨害してボードが接触した場合、先行艇のパドルが自艇に当たった場合も妨害行為とみなしペナルティを課する。
- (3) 同ボードクラス、同性のみに許可される。
- (4) 選手は、レースコース上で他のクラスの選手、異性の選手およびクラフト（監視船、ジェットなど）の後ろ、もしくは横1メートル以内に10秒以上いるとドラフティング違反とみなされる。
- (5) ドラフティング時、あきらかに先行艇のテールへの乗り上げ等の妨害により先行者が落水するなどがおきた場合、競技委員会（コース審判）の判断で後続艇をドラフティング違反であるとみなすことがある。
- (6) 先行艇の斜め後ろで先行艇にオーバーラップする形でドラフティングする際、自分のボードと先行艇との間隔は先行艇の選手のパドルを妨害しないように取らなければならない。自艇が先行する選手のパドルに触れた場合はドラフティング違反とみなすことがある。

13. ワイプアウトからの復元

- (1) 競技中にワイプアウトした時には、速やかに復元し、パドルングできる状態に戻らなければならない。（必要以上に水中に体があり、故意に復元を遅らせる場合は妨害行為とみなされる）
- (2) スタンドアップするまでの間、腹這いあるいはシットイングやニーディングの状態（ボードに立っていない）で、同じ姿勢のまま5回以上のパドルングを行うと失格となる可能性があり、その選手はコールされる。
- (3) 自分や他の競技者に対して一時的にケガや破損等危険な状況になると思われた時に、それを避けるための安全上の理由がある場合の行為は例外とする。
- (4) もし何らかの理由によりワイプアウトからの復元が不可能な場合には、頭上でパドルを左右に振り（または両手を交差させるように左右に振る）レスキューを要請するものとする。
- (5) レスキューされた選手は失格となり、DNF と記録される。

14. ペナルティー

上記各項目の明らかなルール違反は、レースディレクターにより失格を宣言され、DNF と記録される。
またはマイナスポイントを課せられる。

15. 抗議（プロテスト）

- (1) 選手は他の選手のルール違反についての抗議を最後の選手がフィニッシュしてから5分以内に出す事が出来る。
- (2) 選手から抗議が出された場合、大会会長が直ちにプロテスト委員会を組織し、競技委員長が関係する選手から状況を聞き判断をする。
- (3) 抗議の内容が認められた場合は公平になる様に、記録訂正を行う事がある。
- (4) 抗議された内容、およびプロテスト委員会が対応し変更または修正した内容は、全て書面にて記録するものとする。

16. コースレイアウト

- (1) ビギナークラスはコース 1 週、それ以外のクラスはコース 2 周とする。
- (2) コースレイアウトは、海のコンディションにより変更する場合がある。

レースコース図

