

# PSA-Jレース大会規約

[PSA-J Racing Rule Book]



**Professional SUP Association of JAPAN**

## 目次/CONTENTS

1. 目的と前提条件
2. SUP定義/EQUIPMENT
3. レース前チェック/Race Craft Check/Inspection
4. レース種別/Definition of Participant skill level by Race/Race Courses
5. 大会主催者権限およびレース委員会/Organization of Competition, Race Committee
6. レース規則/Racing Regulations/General Race Rules
7. 公認レース

付録 用語集

## 1. 目的と前提条件

PSA-Jレース大会規約（以下、本レース大会規約）はNPO法人 日本SUP推進協議会 Professional SUP Association of Japan(以下、PSA-J) が、主催または共催、企画、運営するSUP(Stand Up Paddle Board)レース競技に対し、標準ルールとして適用し、活用することを目的とする。

### 1)大会ルール

本大会レース規約は、以下の国際大会ルールに準拠する。

SUPAA RULE BOOK 2014  
(SUPAA)

The Stand Up Paddle Athletes Association



また、以下の団体ルールを参考にする。

2014 SUP RACING RULEBOOK

World Paddle Association (WPA)



ISA CONTEST ADMINISTRATION RULEBOOK February 2016

The International Surfing Association (ISA)



PSA-J レースルール（2017年4月より実施）

Professional SUP Association of Japan(PSA-J)



ただし、各SUPレース競技毎に規定する大会規定がある場合は、本レース大会規約を逸脱しないことを前提にそれを優先するものとする。

### 2)責任の所在

- ①大会主催者から指名されたレース委員会は人員及び道具に対するすべての損害の責任を負わない。参加競技者は自己の責任において参加申し込みを行い、併せて保険の付加を行う。
- ②一切の責任は、参加競技者に帰属する。スタートするか否か、或いは競技を継続するか否かを決め責任は競技者各自で負う。
- ③レスキューが必要となった競技者に対して、ボード等を放棄させる場合がある。これに同意できない競技者は大会に出場する資格を失う。

### 3)マナー

- ①各大会に参加するすべての競技者及び運営スタッフの全員は、スタンドアップパドルボーディングの理解者であり、本大会の関係者としての誇りを持って行動する。
- ②大会の名誉及び品位を著しく損なうような行為及び言動を示す場合は、大会の出場を停止し、以後の大会への参加停止罰金などのペナルティーが与えられる。

## 2. SUP定義/EQUIPMENT

SUPAA：第1章：EQUIPMENT第2条：Board Restrictions 第3条：Board Classes Defined

WPA：1.SUP Board Sizes Defined 2. Definitions of SUP Board attachments and Paddle

ISA：xx. SUP and Paddle board Racing Rules a. Equipment Specifications

PSA-J：4.エキップメントルール

### 1) エキップメント

①ボードはエントリーするクラスの規定に合ったものを使用すること。

クラス	規定	重量
アンリミテッド	人力によるものであること以外制限はない 幅:規定なし fin:規定なし ラダー フォイルはアンリミテッドクラスのボードのみ許可	規定なし
14'ボード	長さ:14'以下 幅:規定なし fin:規定なし	規定なし
12'6"ボード	長さ:12'6"以下 幅:規定なし fin:規定なし	規定なし
サーフボード	長さ:12'5"以下 幅:規定なし fin:規定なし	規定なし
パドル	片側1つだけのブレードを持ち推進力を得るもので一端にハンドルがありブレードがあるもの	

※クラフト検査 (Board Control) に合格したものを使用する。

②リーシュコード、ライフジャケット、ウェットスーツの着用については、大会本部の指示に従うこと。

## 3. レース前チェック/Race Craft Check/Inspection

SUPAA：第1章：EQUIPMENT第4条：Board Control

WPA：2. Definitions of SUP Board attachments and Paddle

ISA：xx. SUP and Paddle board Racing Rules a. Equipment Specifications

PSA-J：4.エキップメントルール

### 1) クラフト検査/Board Control/Race Craft

①今大会で使用する参加するすべてのボードは、スタート前に大会運営者によるクラフト検査 (Board Control)を受けなければならない。

②一度クラフト検査(Board Control)をパスしたら、PSA-J認定のステッカーを貼り検査を通過した証明として所定の位置に貼り、大会期間中貼り付けておかななければならない。PSA-J認定ステッカーを紛失、または所定の位置からはがれた場合、そのボードは再びクラフト検査(Board Control)を受けなければならない。

③ボード長の測定は、デッキ面を上にして自然にフラットになる状態で、艇首 (ノーズ) から艇尾 (テール)までの長さを測定

④ボード重量については 2.SUP定義1)エキップメントの定義のものでならない。現在生産中のボードあるいは、既にプロダクション化されているボードは原則として合法であるがレース運営者はクラフト検査 (Board Control)の際 任意にボードの重さを測定することができる。

#### 4. レース種別/Definition of Participant skill level by Race/Race Courses

SUPAA：第2章：SUPAA EVENS 第15条： Race Courses

WPA：6.Race/Courses Defined

7.Race Distance/Board size Guidelines for Long Course

8.Race Types Defined

ISA：xx. SUP and Paddle board Racing Rules b. Race Disciplines [types]

PSA-J：4.エキップメントルール

##### 1) Pro/Amaコースレース及びスプリントレース

12' 6"ボードクラスのクラフト検査(Board Control)をパスした任意のレースボードを使用すること。

- ①ブリーフィングで示したコースを規定通りスタートしマークを周回してフィニッシュをした順に順位を決定する。
- ②本レース大会規約、競技規定及び規則、レース規則に則り、SUPAAの競技規則に準じて実施する。
- ③男女一斉スタートとするが、スタート位置は男女で区分けをする。
- ④順位は男女別のものとし、表彰は男子1位から5位、女子は1位から3位までとする
- ⑤リーシュおよびPFDの着用は、ブリーフィング時に通告する大会運営者の指示に従う。

##### 2) Pro/Amaサバイバーレース

12' 6"ボードクラスのクラフト検査(Board Control)をパスした任意のレースボードを使用すること。

- ①同一コースレースを一周する「ラウンド」を複数回実施して、ファイナルラウンドで順位を決定する。
- ②「トータルラウンド数およびラウンド毎の定めた着順上位選手数」、「ファーストラウンドスタート順」は、男女別等、カテゴリ別にレース開始前に実施するブリーフィングで大会運営者から発表し、ブリーフィングシートを掲示する。
- ③次のラウンドスタートは、1位の選手がFINISHラインを越えた、3分後とする。
- ④次のラウンドに進む資格は、以下のとおり。
  - ・ラウンド毎に定めた着順上位選手
  - ・ラウンドの1位の選手がFINISHラインを越えてから、2分50秒以内にボードとパドルを規定のスタートポジションに設置した選手
  - ・違反なくスタートし、マーク回航を規則通りに回航。フィニッシュラインを規則通りに越えなければならない。
- ⑤各ラウンドのスタートは、選手は海を背にしてスタートラインに立つ。
- ⑥スタートの並び順。ファーストラウンド（初回）のスタートは、あらかじめ大会運営者によって示されたスタート位置とし、セカンドラウンド（2回目）以降は、到着順に奥から詰めて並ぶ。
- ⑦ファイナルラウンドについて  
ファイナルラウンドは、ブリーフィング時にトータルラウンド数を発表し、決定する。  
ただし、ラウンド進行中、表彰人数を下回るまたは大会運営者が規定したファイナルラウンド規定人数を下回る場合は、トータルラウンド数消化前にファイナルラウンドとすることがある。
- ⑧ハンドラー（競技補助員）  
各選手は、1名ハンドラー（競技補助員）を付けることができる。  
ハンドラーに許されている権利
  - a) ハンドラーエリア内での選手を補助、フィニッシュライン近辺でのボードの運搬とスタートラインへの設置
  - b) 選手のパドルラインへのパドルの設置補助

c) 水分等の補給

ハンドラーが配慮すべき事項

- a) レースオフィシャルや、他の選手、スポンサー、観客に対し、過度に攻撃的な言動を行ってはいない。
  - b) 他の選手に配慮し、競技の妨げにならないように心がけなければならない。
  - c) ハンドラーはレース中にチームメイトや観客から物を受け取ってはならない。
- ⑨順位は、表彰は男性上位5名、女性上位3名に賞金、トロフィーと大会スポンサーによる賞品
- ⑩リーシュおよびPFDの着用は、ブリーフィング時に通告する大会運営者の指示に従う。

**3) PSA-J 主催者公認レース**

- ①主催者側のコース設定/エントリークラスのルールに準ずる

**5. 大会主催者権限およびレース委員会/Organization of Competition, Race Committee**

SUPAA：第2章：SUPAA EVENS 第5条：Organization of Competition 第6条：Race Committee

WPA：5. Race Directors Obligations and Safety Guidelines

12. Race Board Divisions and Categories

ISA：xxi. Race officials shall have the ultimate and final authority to remove a competitor from the race if the competitor is judged to be physically incapable of continuing the race

PSA-J：規定(弊協議会による)

大会主催者は、本大会の運営にあたり「競技者・大会関係者及び一般地域住民」への安全を最優先に配慮することを確認する。大会主催者は、大会運営にあたり下記の権限を保有する。

- 1)大会当日において台風・強風・波浪・雷その他の気象により競技環境が悪化し、十分な安全確保が見込めないと判断した場合には、競技が開催される以前、あるいは競技中においても競技内容の変更または中止を決定する。
- 2)競技運営規則に違反した競技者に対して、失格・競技の中止を決定する。
- 3)競技者の過度の疲労・怪我を含む事故・技術等の未熟さなどにより競技者自身に危険があると判断した場合あるいは競技運営に影響を与える場合、競技者に対して、失格・競技中止を決定する。
- 4)大会主催者は、大会を運営するにあたり、運営に関わる必要な人員を大会関係者として指名する。  
なお、大会会期中において、大会主催者および大会関係者は、それがわかるような標示をすること。
- 5)大会主催者は、大会で行う競技イベント毎に「大会の競技規定及び規則」を策定し、決定する。
- 6)大会主催者は、大会のレース競技およびその他の競技を行うにあたり、SUPAAルールに従い「レース委員会」を構成し、委員を指名する。
  - ①ヘッドレースディレクター：1名  
競技イベントの総括責任者。大会主催者との兼務も可。
  - ②副レースディレクター：1～2名  
レースディレクターを補佐し、競技イベントのコントロールおよび「競技実施スタッフ」への指示を行う。
  - ③コンペティション（競技）マネージャー：1～2名

大会のレース競技規定及び規則、レース実施要領に従い、個々の競技を行う責任者。

SUPAAの規則に準じたコースおよびレイアウトの保証および設定を行う。

④SUPAAアスリート代表：1～3名

SUPAAメンバーもしくは相当の知識を持ち、SUPAAルール準拠の他競技に参加経験を要する。

大会中に競技者（競技者）代表としてレース委員会に参加し、大会前、大会中、大会後に協議の場を持つ。

大会終了後には、SUPAAに対し、イベントレポート提出等のSUPAAとの窓口役割とする。

レース委員会の内、1名は必ず各レースのスタートとフィニッシュを監視し、いかなる違反行為について記録しなければならない。

プロテスト（抗議）があった場合、その抗議について議論し決議事項として回答を出さなければならない。

7)レース委員会はSUPAAルールに規定されている以下の「競技実施スタッフ」を適宜設定し指名する。

①ボードコントローラー：ボード測定

競技者（競技者）の使用ボードがレース競技規定及び規則に定義されているボード分類されることを確認する。

②スターター：競技スタート告知

競技者の中央またはその付近において、スタートの合図または告知を行う。

③アライナー：競技スタート状況確認およびスタート時の規則違反有無の確認

スタートラインは、水に対して、平行でなければならない。また、最高水位線（水がある場所）から1m～5mの範囲でなければならない。フラグをセットし、スタートラインの両端を表示すること。パドラー1人につき1mの幅を確保しなくてはならない。\*100人であれば100mの長さのスタートラインとなる。

④コースアンパイヤ：競技コース審判

⑤セーフティディレクター：安全監視員

潮位、気象情報を把握し、競技実施に支障がないかを判断し、競技開始24時間以内に発表する。

⑥フィニッシュラインジャッジ/タイムキーパー：フィニッシュ時の競技者（競技者）の順位の記録、タイムの記録を行う。

⑦アナウンサー：競技中のすべてのタイムスケジュール、リザルト等を把握し、会場において競技に関連するすべての発表を行う。

⑧メディアオフィサー：メディア広告担当

なお、上記スタッフの兼任は可とする。

8)個別競技規則（本レース大会規約以外の詳細ルール）の策定について

大会主催者および大会関係者は「レース委員会」と連携し、必要に応じて以下の書類を整備、策定する。

整備、策定した場合は、事前に競技者（競技者）への配布または掲示を行う。

(1)競技規定及び規則

1 大会におけるすべての競技に関わる規定および規則。

①大会競技実施要領

②競技種目概要

種目の名称、レース委員会の構成

③賞金および商品説明

④競技共通規則（ルール）説明

(2)競技実施要領

競技毎の規定および規則、要領。

①競技参加資格

②競技説明

- コースレイアウト、レース規定、実施・運営詳細
- ③タイムスケジュール
- ④競技別規則（ルール）説明

#### 9) 競技者（競技者）のルール厳守と責任・安全管理義務

- (1) 競技者（競技者）は大会規約、水上における交通規則、大会主催者および大会関係者の発する案内、指示および注意・警告・命令を厳守しなければならない。
- (2) 競技者（競技者）は本大会が海上・施設・自然環境を利用して開催されていることをよく理解し、大会主催者および大会関係者による案内・注意・指示などの有無にかかわらず安全を確保できる注意を払いながら競技を遂行しなければならない。
- (3) 競技者は自己の責任において体調を維持し、安全管理を怠らず競技を遂行しなければならない。
- (4) 競技者は良識あるスポーツマンとしてフェアプレイの精神を持って行動することを要求され、危険行為や大会運営に支障が起るような言動や行動は慎まなければならない。

#### 10) 安全確保と緊急合図

- (1) 競技者は、本大会のルールを遵守し安全に留意して競技を行わなければならない。海上、施設、自然環境などの要件により危険を察知した場合には、安全を最優先した回避行動を取らなければならない。
- (2) 競技者は競技中に援助を必要とする場合は「競技を中止して、両手を頭の上で振り救援を求める」ことで統一する。
- (3) ライフジャケット及びリーシュコードの着用については、大会主催者の指示に従わなければならない。

#### 11) 競技中止

- (1) 自ら棄権する競技者は大会関係者にその旨を知らせ、速やかに競技コースから退去しなければならない。
- (2) 大会主催者、大会関係者運営委員から競技の中止を命じられた競技者は、速やかに指示に従って競技コースから退去しなければならない。
- (3) 大会主催者が競技中における中止を決定した場合は、監視員より水上において通知されるので、競技者は速やかにその指示に従わなければならない。

## 6. レース規則/Racing Regulations/General Race Rules

SUPAA：第3章：Racing Regulations

WPA：3. Competitor Rules and Safety

- 4. Definition of Participant Skill Level by Race
- 9. Starting and Finishing Procedures/Moving Mark
- 10. Drafting
- 11. Violations/Penalties/Protest

ISA：iv. General Race Rules (All classes)

- vii. ADHERENCE TO THE DESIGNATED COURSE
- ix. BEACH START
- x. FALSE STARTS
- xii. DRAFTING

PSA-J：Race rule

#### 1) スタート

- ①各レースのスタートライン及びスタート方法は、当日の各レースブリーフィング及び公式掲示板にて掲示される。



- ②スタート方法の最終確定は大会主催者またはレース委員会がレース当日に行う。当日の天候および海上の状況を確認した上で、以下の方法から決定し、各レースのブリーフィング時に説明する。
- ・ビーチスタート：陸上からのスタート
  - ・ウォータースタート：海上からのスタート
- ③競技者は各自の責任において自分のスタート位置を把握しなければならない。
- ④競技者はスタートの2分前までに指示された場所にボードを置き、隣り合う競技者の妨げにならないようお互いに配慮しなければならない。
- ⑤スタートの合図は旗とホーンによって行う。
- ⑥競技者は、スタート合図が示されるまでは、身体、ボード、パドル等競技で使用するもののいずれもスタートラインより先のコース上に出てはならない。
- ⑦各レースにつき、2回ファウルした競技者は失格となる。
- ⑧10km以上のコースレースにおいて、スタート時に違反を犯した競技者には、2分間のペナルティーが与えられる。ホーンの2秒以上前にスタートした場合は失格となる。
- ⑨サバイバーレース
- スタートでファウルがあった場合は、スターターが長いホーンを鳴らし、全ての競技者をスタートラインに呼びもどす。その競技者は、ファウルを言い渡された後に、2度目のファウルをすると失格とする。
- ⑩スタートの合図及び手順
- |                       |                         |
|-----------------------|-------------------------|
| a.スタート「3分前」に予告信号      | (赤旗掲揚、短音警笛、拡声器などでアナウンス) |
| b.スタート「2分前」に予告信号      | (黄色旗掲揚短音警笛、拡声器などでアナウンス) |
| c.スタート「60秒前」に予告信号     | (青旗掲揚短音警笛、拡声器などでアナウンス)  |
| d.スタート「30秒前」に準備信号     | (青旗降旗拡声器などでアナウンス)       |
| e.スタート「10秒前」にスターターコール | (拡声器などでアナウンス)           |
- ※カウントダウンは10～5まで。以降はカウントダウンしない。
- |        |        |
|--------|--------|
| f.スタート | (音響信号) |
|--------|--------|

## 2)スタートの不成立

- ①病気や怪我以外の理由で、割り当てられたヒートに参加しなかった競技者はその時点でレースの失格となる。
- ②ヒートスタート時刻に遅れたパドラーはその時点で協議に参加する資格を失い、そのレースに参加できない。

## 3)リコール (リスタート)

- ①外部からの妨害、その他の不測の事態が起こった時には、スターターはホーンを2度長く鳴らして、全ての競技者を呼びもどす。
- ②スターターは全ての競技者がスタートラインに並んだら、新たにスタートシーケンスを開始する。

## 4)フィニッシュ

- ①各レースのフィニッシュラインは、各レースのレースブリーフィング及び公式掲示板にて掲示される。
- ②フィニッシュは、パドルを持った状態でフィニッシュラインを越えたときであり、パドルを保持していない場合にはフィニッシュしたものとみなさない。
- ③ゴール判定は、基本的には手首に付けたチップがゴールラインを通過した時とし、チップの反応及びビデオ判定によってジャッジする場合もある。
- ※サバイバーレースについては、チップを使用しないこともありうる。その場合には、ゴールラインの線上を胸のラインが通過した時とし、ビデオ判定によってジャッジする場合もある。

## 5)ドラフティング

- ①ドラフティングは同ボードクラス、同性のみに許可される。
- ②競技者は、レースコース上で他のクラスの競技者やクラフト（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。

## 6)レースコース

- ①大会主催者またはレース委員会が各レースの距離に合わせて決定し、事前に公示する。

②ただし、当日の天候および海上の状況を確認した上で、当日に変更することもある。その場合は各レースのブリーフィング時に説明する。

## 7)コース上でのパドルング及びマーク（ブイ）回航

- ①競技者はコース審判及び監視員の意見でその行為にアドバンテージがあるとみなされない限り、ターンブイに接触してもよい。（手やパドルでブイを持ち上げたり、動かすことも含む。）
- ②競技者がマーク（ブイ）やゲートを誤ったまま方向から回航し、そのまま通過した場合は失格となる。
- ③競技者はコース内のマーク（ブイ）を完全に回航し、他の競技者の妨害をしなければコースを外れることがあっても良い。

## 8)失格

- ①不適切な方法で勝とうとする競技者、またはレースルールに従わない競技者は失格にする場合がある。
- ②レースオフィシャルや、他の競技者、スポンサー、観客に対し、過度に攻撃的な言動を行う競技者は失格にする場合がある。
- ③競技者はレース中に他の競技者やその他の人による外部からの援助を受けると失格となる。また、外部からの援助を行った競技者も失格となる。ただし、サバイバーレースではハンドラー（競技補助員）を許容する。
- ④競技者は膝立ちで5回以上漕いだら失格となる。

## 9)プロテスト（抗議）

- ①プロテストは、該当の競技者のみが実施できる。
- ②プロテストは、各レース終了後20分以内もしくは、失格通知を受けてから20分以内に大会本部にて申告を行い、大会関係者の聴取の下、レポートを作成した上でプロテスト（抗議）代金10,000円を添えて提出しなければならない。この手数料はそのプロテスト（抗議）が認められた場合には払い戻される。
- ③プロテストは他の競技者、またはレースオフィシャルに対する失格に対して行うことができる。
- ④すべてのプロテストは、判定のために写真、映像による証明または、第三者による証言が必要である。
- ⑤プロテストは、レース委員会によって、写真、映像のような直接的な根拠を持って判断される。

◆以上◆

## 付録 用語集

### ①SUP Stand Up Paddle Board

スタンドアップパドルボードの略。通称サップ。

### ②エキップメント Equipment Specifications または SUP Board Sizes Defined

SUPレースに対する機材の規定の規定。

### ③クラフト検査 Race Craft または インスペクション Inspection

競技者の機材がエキップメントに沿っているかの検査。

### ④ブリーフィング briefing または レースミーティング Race Meeting

各レース内容の説明。レース前に必ず行う。

### ⑤DNS : Do Not Start

スタート前棄権

⑥DNF : Do Not Finish

競技の途中棄権

⑦DSQ : Disqualified

競技失格