

**LIFESAVING COMPETITION RULES
2018 EDITION**

ライフセービング 競技規則

〈2018年版〉

日本ライフセービング協会

この競技規則について

- ・この JLA 競技規則 2018 年版は ILS 競技規則（The ILS Competition Rulebook 2015-2019 Edition Revised 2017 - (April 2018 Update)）の内容を反映させています。
- ・JLA 競技規則 2016 年版から修正／追加された箇所はマーカーでハイライトしています（削除の場合、削除した箇所付近をマーカーでハイライトしています）。

2018.07.13 版 競技規則 2018 年版初版（修正／追加／削除箇所を黄マーカーでハイライト）

2018.07.20 版 修正版（修正／追加／削除箇所を緑マーカーでハイライト）

ライフセービング競技規則

LIFESAVING COMPETITION RULES

〈2018年版〉

(2018.07.20 版)

ILS 競技規則 2018

(The ILS Competition Rulebook 2015-2019 Edition Revised 2017 - (April 2018 Update))

準拠

日本ライフセービング協会

JAPAN LIFESAVING ASSOCIATION

(JLA)

ご 挨拶

私たちの「生命を救うスポーツ」、ライフセービング競技がこれまで以上の評価を得るに従い、広く通用するルールや規約の必要性がさらに重要視されてきます。

ライフセービング競技というスポーツが、人道主義を兼ね備えている以上、大会における全ての競技者の安全性と公平さを守っていかなければなりません。

そのため、競技者のための新たな競技ルールの編集は、競技運営・審判委員会をはじめとするライフセービングの識者によるすぐれた規範です。これは将来への見識とたゆまぬ努力の成果であり、スポーツの理想に貢献するものであります。

日本ライフセービング協会

ライフセービング競技規則 目次

第 1 章 総 論	2
第 1 節 ライフセービングとスポーツ	2
第 2 節 ライフセービング競技会	2
1. 国際的なライフセービング競技会	2
2. 日本におけるライフセービング競技会	2
第 2 章 共通競技総則	5
1. 規 範	5
2. 競技者の参加資格	5
3. クラブの参加資格	6
4. 年齢区分	6
5. クラブの人数構成	6
6. 競技会場	6
7. 得 点	8
8. 服装等	8
9. 器 材	10
10. 競技者の交代	10
11. ハンドラー/マネキン・ハンドラー	10
12. 不正行為	11
13. 失格および DNF	11
14. ドーピング防止規則違反	12
15. 抗議と上訴	12
第 3 章 プール競技規則	17
第 1 節 プール競技総則	17
1. 組み合わせ配置	17
2. 出場確認および招集	18
3. スタート	18
4. 不正スタート	19
5. レスキューチューブの扱い方	19
6. マネキンの扱い方	20
7. マネキン・ハンドラー	21
8. プールの使用	21
9. 計 時	22
10. 記 録	23
第 2 節 プール競技種目	25
1. 200m (100m) 障害物スイム (Obstacle Swim - 200m and 100m)	25
2. 50m マネキンキャリー (Manikin Carry - 50m)	26
3. 100m レスキューメドレー (Rescue Medley - 100m)	27
4. 100m マネキンキャリー・ウィズフィン (Manikin Carry with Fins - 100m)	28
5. 100m マネキントウ・ウィズフィン (Manikin Tow with Fins - 100m)	29
6. 200m スーパーライフセーバー (Super Lifesaver - 200m)	31
7. 12.5m ラインスロー (Line Throw - 12.5m)	34
8. 4×25m マネキンリレー (Manikin Relay - 4×25m)	37
9. 4×50m 障害物リレー (Obstacle Relay - 4×50m)	39

10. 4 × 5 0 m メドレーリレー (Medley Relay - 4×50m)	40
第 4 章 オーシャン競技規則	49
第 1 節 オーシャン競技総則.....	49
1. 組み合わせおよびコース	49
2. 出場確認および招集.....	51
3. スタート	51
4. 不正スタート.....	52
5. チェンジオーバー	52
6. レスキューチューブの扱い方.....	52
7. 制限時間.....	52
8. 順位の決定	53
第 2 節 オーシャン競技種目.....	54
1. サーフレース (Surf Race)	54
2. サーフチームレース (Surf Teams Race)	56
3. レスキューチューブレスキュー (Rescue Tube Rescue)	58
4. レスキューチューブレース (Rescue Tube Race)	61
5. ランスイムラン (Run-Swim-Run)	63
6. ビーチフラッグス (Beach Flags)	65
7. ビーチスプリント (Beach Sprint)	68
8. 2 km (1 km) ビーチラン (Beach Run-2km and 1km)	70
9. 2 × 1 km ビーチランリレー (Beach Run Relay 2×1km)	72
10. ビーチリレー (Beach Relay)	74
11. サーフスキーレース (Surf Ski Race)	76
12. サーフスキーリレー (Surf Ski Relay)	78
13. ボードレース (Board Race)	81
14. ボードリレー (Board Relay)	83
15. ボードレスキュー (Board Rescue)	86
16. オーシャンマン/オーシャンウーマン & 【暫定版】勝ち残り方式オーシャンマン/オーシ ヤンウーマン (Oceanman/Oceanwoman and Eliminator variation)	89
17. オーシャンマン/オーシャンウーマンリレー (Oceanman/Oceanwoman Relay)	93
18. 【暫定版】オーシャンライフセーバーリレー (Ocean Lifesaver Relay)	96
第 5 章 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 規則.....	99
第 1 節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 総則.....	99
1. 組み合わせ	99
2. 出場確認および招集.....	99
3. スタート	99
4. 不正行為.....	99
第 2 節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 種目.....	100
第 6 章 競技役員 (オフィシャル)	111
第 1 節 競技役員の編成.....	111
第 2 節 競技役員の服装.....	111
第 3 節 競技役員の任務.....	111
1. 規律委員長	112

2.	規律委員	112
3.	上訴委員長	112
4.	上訴委員	112
5.	チーフレフリー（審判長）	112
6.	デピュティチーフレフリー（副審判長）	112
7.	セクショナルレフリー（競技別審判長）※オーシャン競技／イベントディレクター ※プール競技	113
8.	チーフジャッジ（主任審判員）	113
9.	スターター（出発合図員）	113
10.	チェックスターター（出発合図補助員）	113
11.	マーシャル（招集員）	113
12.	IRB ジャッジ（IRB 審判員）※オーシャン競技	113
13.	コースジャッジ（コース審判員）※オーシャン競技	114
14.	ターンジャッジ（折返し監察員）※プール競技	114
15.	レーンジャッジ（泳法審判員）※プール競技	114
16.	フィニッシュジャッジ（着順審判員）	114
17.	タイムキーパー（計時員）※プール競技	114
18.	機械操作員 ※プール競技	114
19.	レコーダー（記録員）	115
20.	ヘッドスコアラー（総合記録員）	115
21.	スクルーティニア（器材検査員）	115
22.	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技（SERC）ジャッジ	115
23.	コンペティター・リエゾン・オフィサー	115

第 7 章 器材の規格.....118

1.	バトン	118
2.	レスキューチューブ	118
3.	ボード	118
4.	サーフスキー	118
5.	ウエットスーツ	119
6.	障害物（危険な部分がないもの）	119
7.	スイムフィン	119
8.	マネキン	120
9.	スローライン	120
10.	ブイ	120
11.	水着	120
12.	救命胴衣（PFDs: Personal Flotation Devices）	121
13.	ヘルメット	121

第 8 章 競技会における安全対策.....123

第 1 節 安全対策.....123

1.	安全計画の作成	123
2.	関係諸機関への連絡	123
3.	会場の安全確保	123
4.	開始・中止の判断	124

第 2 節 緊急事態の対応.....124

1.	傷害, 急病, 溺水	124
2.	地震	124
3.	雷	125
4.	火災	125

第1章 総論

第1章 総論

第1節 ライフセービングとスポーツ

ライフセービングとは、水辺の環境の安全性を高め、水の事故から人の命を救うための活動である。日本ライフセービング協会（JLA）は、救命、スポーツ、教育、福祉、環境をテーマにライフセービング活動を展開している。JLAは、国際ライフセービング連盟（ILS）に加盟し、世界的なライフセービング組織の一員としてライフセービング活動を行なっている。また、ILSは、国際オリンピック委員会からライフセービング競技の国際的な組織として承認されており、今後ライフセービング競技の更なる普及・発展が期待されている。JLAは、原則として本競技規則をILSの競技規則に準拠させ国際的な基準に合わせたライフセービング競技の普及・発展を目指している。

ライフセービング競技は、スポーツを通してライフセービングの知識や技能を高めるとともにフレンドシップを築きライフセービングを普及・発展させるために重要な役割を持っている。また、ライフセービング競技種目は、いずれもレスキューを想定して競技化されたものである。競技のために努力した過程は、水辺で安全に活動するための体力や技能を身に付け、さらにレスキューにも生かされる。仮にフェアでない行為をして勝ったとしても、レスキューすることができる能力にはならないのである。したがって、ライフセービング競技はフェアの精神に則って行なわれる。

第2節 ライフセービング競技会

1. 国際的なライフセービング競技会

ライフセービング競技の国際的な競技会は、世界選手権とワールドゲームスとがあげられる。1992年には静岡県下田市で世界選手権が開催され、日本におけるライフセービングの普及に大きな影響を与えた。また、ワールドゲームスとは、国際スポーツ団体連合に加盟しているスポーツの中で、オリンピックで行なわれている以外の競技種目が行なわれるスポーツ・イベントである。ライフセービング競技は1989年カールスルーエで開催された第3回大会から正式種目となり、2001年第6回大会は秋田県で開催された。これら世界選手権やワールドゲームスでは、日本からメダリストが誕生しており、日本のライフセービング競技の競技力は著しく向上している。

2. 日本におけるライフセービング競技会

日本におけるライフセービング競技の始まりは、1975年に神奈川県鎌倉市材木座海岸で開催された第1回ライフガード大会であるとされている。当時の競技種目は、素手での救助方法を競い合うものやカッターレースなどが行なわれていた。その後、年に1回開催されていたこの大会は、1987年第13回大会からインタークラブ・ライフセービング選手権と名称を改め、この大会から世界基準のオーシャン競技種目が多く導入されるようになった。その背景には、当時オーストラリアとの間で行なわれていた豪日交換プログラムによるライフセーバーの人的交流が大きな影響を与えていた。1989年からはインタークラブ選手権とは別に全日本選手権が開催され、1991年にはインタークラブ選手権を全日本選手権に併合し現在の全日本選手権に受け継がれている。また、1986年から静岡県下田市白浜海岸でジャパン・サーフカーニバルが開催され2004年から全日本種目別選手権に名称を変更している。さらに、日本では地域クラブとともに多くの学校クラブ設立に伴い1986年神奈川県藤沢市辻堂海岸にて第1回全日本学生選手

権（プール）が始まった。1988年からは第1回全日本室内選手権が開催されるようになり2010年には第1回全日本学生プール選手権が行なわれた。これらの競技会はJLA主催競技会として毎年開催され、現在の全日本選手権では約1,300名の選手が参加している。

第2章 共通競技総則

第2章 共通競技総則

1. 規 範

クラブ・競技者、競技役員は大会の主旨、競技規則を理解し、より高いフェアプレイ精神と行動を示さなければならない。

(1) クラブ・競技者規範

競技会に参加する選手は、第一にライフセーバーであり、第二に競技者であること。

- ①競技者は、自らの安全に責任を持ち、他の競技者の安全にも配慮しながら競技を行なわなければならない。
- ②クラブ・競技者は、競技規則を遵守し、フェアプレイの精神により競技に挑み円滑な競技運営に協力しなければならない。
- ③競技者は、それぞれのクラブおよび本協会の代表者でもある。ゆえに、常に良識ある行動をとらなければならない。また、常に適切な自制心を持つ。
- ④クラブ・競技者は、成功や失敗、勝敗を真摯に受け入れる。
- ⑤競技者は、世界アンチ・ドーピング機構により、公表された禁止薬物リストに準じた禁止薬物を使用して競技力を向上してはならない。
- ⑥クラブ・サポーターによる不適切行為は、重大な違反行為であり、**相応の処分が下される。**
- ⑦クラブ・競技者は、他の競技者および競技役員に対し敬意を表し争うような行動や言動をしてはならない。
- ⑧クラブおよびクラブ代表者は、自クラブの競技者が、病気やけがを負っている場合、競技会出場の有無について責任をもって適正な判断を行なう。

(2) 競技役員規範

- ①競技役員は、競技会開催期間中、クラブ・競技者にコーチおよび助言をしてはならない。これに違反した競技役員はそれ以降、本競技会において競技役員の任にあたることはできない。**ただし、競技者を含むグループに競技役員が講習会又は研修会を実施することは、この規則に違反したとみなされない。**
- ②競技役員は、競技者のために安全な競技環境を作らなければならない。
- ③競技役員は、競技規則と競技会の精神を遵守し誠実さ、公正さ、道徳観を以て接し、円滑な競技運営をしなければならない。
- ④競技役員は、常に毅然とした態度で良識ある行動をとり、全てにおいて厳密に公平を貫かなければならない。
- ⑤**競技役員は競技運営にあたり、判定基準などを共有／確認するため、オフィシャルミーティングへ参加しなければならない。**

2. 競技者の参加資格

- (1) 競技者は、ライフセービング活動を志し、出場する競技会の過去1年以内に海岸やプール等水辺での救助活動に従事した者でなければならない。
- (2) 競技者は、本協会の個人正会員、個人一般会員、もしくは高校生会員として登録されていなければ

ばならない。

- (3) 競技者は、競技会ごとに規定された参加資格を満たさなければならない。
- (4) 上記以外に、別途定めがある場合を除く。

3. クラブの参加資格

- (1) クラブは、本協会の団体正会員、または団体一般会員として登録され、本協会に登録されている団体名で競技会に出場しなければならない。
- (2) 同じクラブに所属する競技者により構成されていなければならない。

4. 年齢区分

JLAはIOCガイドラインに従って競技者の年齢を決定するものとする。競技者の年齢及び適格年齢群は、当該競技者が競技に参加する年の12月31日現在において何歳であるかによって決定される。以下に例を示す。

オープン競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に16歳になる競技者。最高年齢の制限はない。

非適格者：競技開催年に15歳未満または15歳になる競技者。

ユース競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に15, 16, 17, 18歳になる競技者。

非適格者：競技開催年に14歳未満または19歳になる競技者。

マスターズ競技

適格者：競技開催年の12月31日以前に30歳になる競技者。最高年齢の制限はない。

非適格者：競技開催年に29歳になる競技者

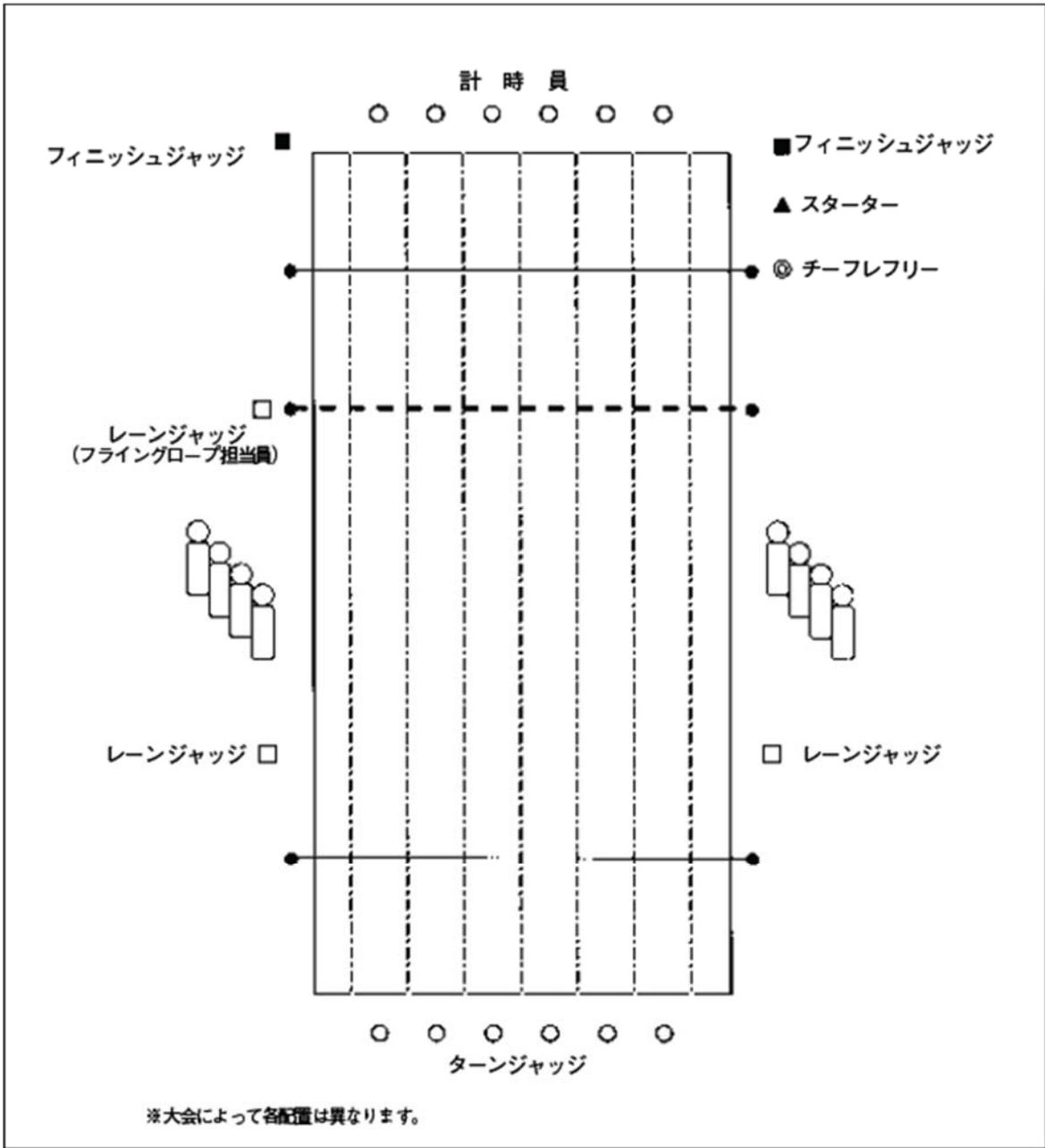
注意：世界記録はこの年齢区分で認定申請を行う必要がある。国内競技会の参加条件としての年齢区分および年齢の数は、競技会の目的や規模等を考慮して主催団体により別途決定することができる。

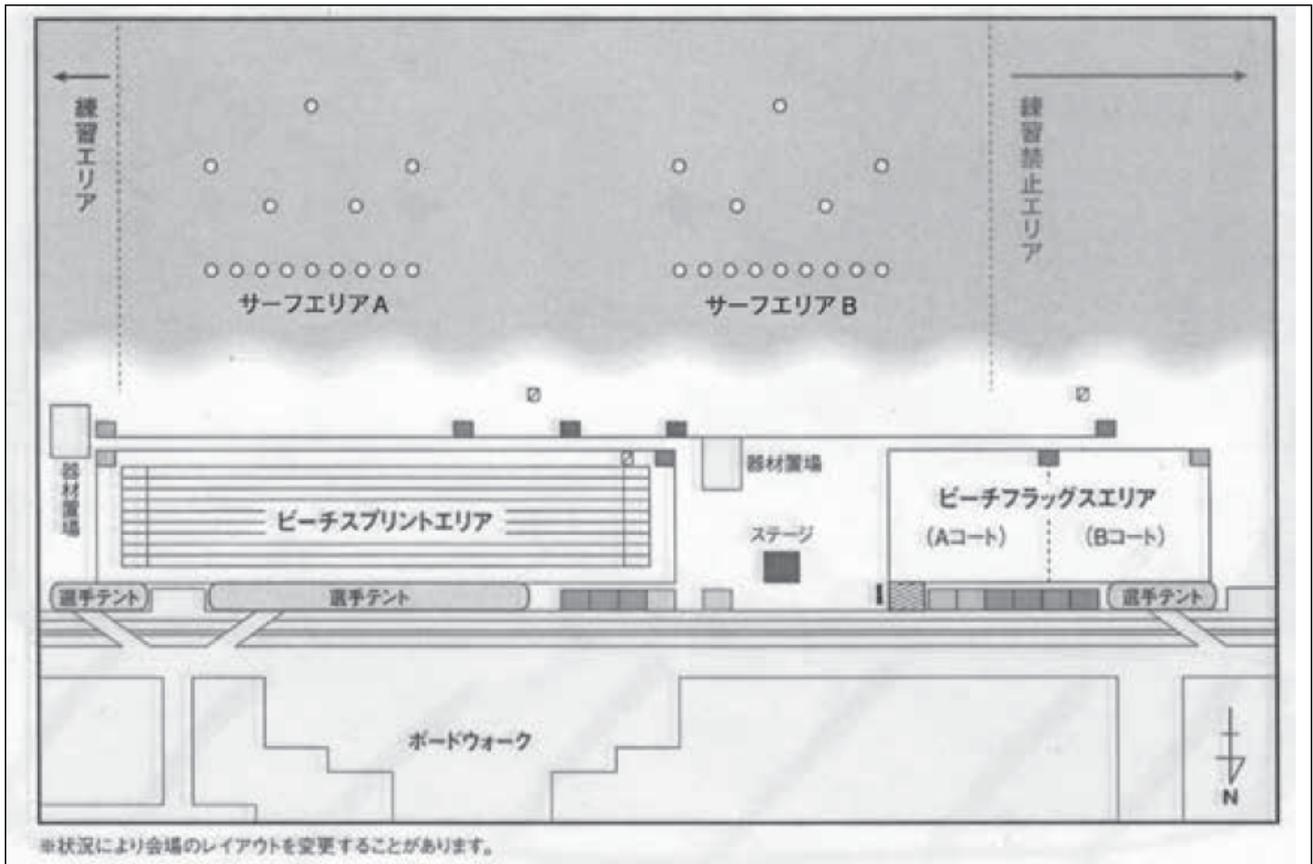
5. クラブの人数構成

各クラブから参加できる競技者の人数構成を規定する場合は、競技者の変更手続きを含め、その方法をあらかじめ競技会前に参加クラブに周知しなければならない。

6. 競技会場

- (1) プール競技で使用するプールは、日本水泳連盟の「プール公認規則」に基づき公認されたもので、次の規格に合うこと。
 - ①長さ 50m
 - ②深さ 1.8m以上
 - ③水温 25～28℃
- (2) オシャン競技で使用する海岸は、競技者の安全を確保できる状態であり、競技エリアは、ロープやフェンス等を使用して区分されることが望ましい。





7. 得点

点数制によってクラブの総合順位を決定する競技会の場合は、競技の採点方法をあらかじめ競技会前に参加クラブに周知しなければならない。

8. 服装等

- (1) 競技会のスポンサーは事前に発表されるが、クラブのユニフォーム、水着、キャップに競技会のスポンサーと対立するような商標、商標名の記載があると主催団体が判断した場合、その対応は主催団体の指示に従わなければならない（ボディペインティングおよびタトゥー類等も含む）。
- (2) プール種目のスイマーおよびオーシャン種目のスイマーを除き、その他の保護衣服（例えば、ショートパンツ、ラッシュベスト、Tシャツ等）は、本競技規則もしくは主催者により別途定めがない限り、個人種目及びチーム種目の両方において競技者の判断で着用することができる。ラッシュベスト、Tシャツ及びショートパンツ、ロングタイツもしくはストッキングは、ラインスロー種目及びスイム以外のオーシャン種目又はチーム種目のスイム以外の区間においてのみ着用が許可される。
 注意：主催者が許可しない限り、ボード種目の競技者は袖のある衣服を着用できない。
- (3) オーシャン競技サーフ種目に出場する競技者および膝より深い海に入るハンドラーは、本協会から指定されたラッシュベストを着用しなければならない（ラッシュベストに関する規定参照）。ラッシュベストは水着、ユニフォーム、防寒着、ウエットスーツの上から着用しなければならない。

- (4) ユニフォーム、水着、キャップの性質、デザインが一般良識に反すると主催団体が判断した場合は、いかなる競技者も競技に参加することができない。また、チーフレフリーが好ましくないとみなすサイン、ロゴ、企業名を使用してはならない。競技後に違反が見つかった場合、競技者の順位を失う。
- (5) 競技者が、着用する水着は第7章に定められる水着に適合すること。
- ①一般良識に反し不快感を与えるものであってはならない。
 - ②競技者は、競技に有利とならなければ、水着の下に繊維素材の水着「モDESTI水着」を着用することができる。これらの水着は男子はショートスタイルに、女子はツーピーススタイルに限る。
 - ③宗教的・文化的多様性の観点から、競技に有利とならなければ身体の大部分を覆うような繊維素材の水着（体形にぴったりしていないもの）を着用することが認められる。
- (6) キャップについて
- ①キャップは、競技会の前に本協会に登録されていなければならない（キャップ登録に関する規定参照）。
 - ②キャップは、競技者の識別や判定のために重要であるため、**競技のスタート時およびチーム競技の各区間のスタート時に**紐をあごの下で留めて競技者の頭に着用しなければならない。また、ゴールをした後、審判員の指示があるまでキャップを脱いではならない。
 - ③オーシャン競技用のキャップを使用する場合は、キャップの下に**ゴム**またはシリコンのキャップを着用してもよい。
 - ④プール競技では、クラブ全員が同様の色とパターンであれば、メッシュ、ゴムまたはシリコンのキャップも認められる。
 - ⑤スタートの後にキャップがとれたり、失った場合、違反なしに競技が終了できていれば失格とはならない。ただし、その競技者が公正に種目を終了したことが確認できる場合に限る。
- (7) ボードおよびサーフスキーを使用する種目・区間において、競技者は、キャップと同じ条件でヘルメットを着用することができる。
- (8) ウエットスーツは、水温（水面下約30cmで計測）が16°C以下、またはその他自然状況により安全上必要であるとチーフレフリーまたは主催団体が判断した場合に限り、オーシャン競技において許可される。水温が13°C以下の場合ウエットスーツを着用しなければならない。ウエットスーツは、「第7章器材の規格」の基準を満たさなければならない。
- (9) ボード、サーフスキー、オーシャンマン／オーシャンウーマンの個人種目およびリレー種目のクラフト区間においては救命胴衣を着用してもよい。
- (10) シューズは着用することができない。ただし、オーシャン競技における2km（1km）ビーチラン、2×1kmビーチランリレーおよびプール競技におけるマネキン・ハンドラーは大会規定による。
- (11) 競技者は、主催団体から指定ウエアーを着用する指示があった場合はそれに従わなければならない。
- (12) オーシャン競技の場合、ボード、サーフスキーおよびパドルの滑り止めのためにワックス等を塗布することが認められる。プール競技の場合、マネキンやレスキューチューブの滑り止め、また

はプールの底を蹴りやすくするために、競技者の手や足、またはマネキンやレスキューチューブに粘着性のある物（液体、固形、煙霧質）を塗布してはならない。

- (13) 眼鏡の着用、ゴーグルの使用は認められている（シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技を除く）。サングラス、視力矯正用眼鏡は全ての種目で許可される。ただし、競技種目に適したデザインに限る。
- (14) 予防、医療、治療または運動目的で使用されるボディテープは、競技に有利にならなければチーフレフリーおよびセクショナルレフリーの判断で認められる。

9. 器 材

- (1) 競技で使用する器材は「第7章器材の規格」の基準を満たさなければならない。
- (2) 競技者は、速力、浮力、または耐久力を助けるような器材等（たとえば、水かきのある手袋、手ひれ等）を競技で使用してはならない。ただし、競技規則で認められているウエットスーツ、フィン、キャップ、またはゴーグルを除く。
- (3) オーション競技で使用するレスキューチューブ、バトンは、主催団体が用意するものとする。
- (4) プール競技で使用する障害物、レスキューチューブ、マネキンおよびスローラインは、主催団体が用意するものとする。
- (5) シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技で使用する器材は、主催団体が用意するものとする。
- (6) 主催団体は、競技者の器材の検査・再検査を競技前、競技中、競技終了後任意に行なうことができる。器材が規格基準を満たしていない場合は、その器材を使用できないか、または失格となる。
- (7) 競技者は、主催団体から器材にステッカー等の標示を貼付する指示があった場合は、それに従わなければならない。
- (8) プール競技では、競技者（チーム）が使用したレスキューチューブに欠陥があったとチーフレフリーが認めた場合、チーフレフリーはその競技者（チーム）に再レースを行なわせることができる。

10. 競技者の交代

個人種目における競技者の交代は認められない。ただし、リレー、チーム種目の場合、同じクラブの競技者として登録されていれば、いかなる競技者とも交代することができる。

11. ハンドラー／マネキン・ハンドラー

- (1) ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、自クラブの競技者の中から選出されなければならない。ただし、出場確認時までにチーフレフリーが特別に認めた場合、自クラブ以外の競技者からハンドラー／マネキン・ハンドラーを選出することができる。
- (2) ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、自クラブのキャップを着用しなければならない。
- (3) ハンドラーは競技中、他の競技者の進路を妨害しないように自クラブの競技者の器材を準備・回収しなければならない。また、ハンドラー／マネキン・ハンドラーは、競技規則に規定されている以外の助力を競技者に与えてはならない。

12. 不正行為

- (1) 競技者（ハンドラー／マネキン・ハンドラーを含む）・チームは、審判によって不正行為をしたと判断された場合、その競技が失格となるか、または競技会から除外される。チーフレフリーは規律委員会に報告し、処遇決定を委任することがある。不正行為とは、以下のような場合等をいう。
 - ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合
 - ②他の競技者になりすまして競技を行なった場合
 - ③同じ種目に2度出場した場合
 - ④他のクラブの競技者として、同じ種目に2度出場した場合
 - ⑤自分が、優位になるように故意に他の競技者を妨害した場合
 - ⑥登録しないまま競技を行なった場合
 - ⑦規則に適合しない器材を用いて競技を行なった場合
 - ⑧審判員または審判員に依頼された者の指示に反し競技を行なった場合
 - ⑨他の競技者またはハンドラーを押したり、進路を妨害した場合
 - ⑩競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合（障害競技者のため主催団体が特別に認めた場合を除く）、チーフレフリーまたはそれと同等の審判員は、競技者・チーム、またはハンドラー／マネキン・ハンドラーが不正行為をしたか否かを判断をする権限を持つ
- (2) 不正行為については、チーフレフリーまたはそれと同等の審判員によって決定することができる。
- (3) 不正行為において主催団体およびチーフレフリーまたはそれと同等の審判員によって、競技会前、競技会中、競技会後に調査することができる。
- (4) 重大な不正行為が起きた場合、規律委員会に付託する。
- (5) 不正行為で失格とした場合、審判員は規律委員会に報告することができる。規律委員会は競技者・チームに更なる罰則を課すことができる。

13. 失格およびDNF

クラブ・競技者は、参加した種目の失格や競技会の出場停止となる場合がある。

- (1) クラブ・競技者は、以下の場合、失格（参加した全ての種目）となる。
 - ①競技会参加資格を満たしていない場合
 - ②競技者規範に違反した場合
 - ③他の競技者になりすました場合、または競技会参加資格を満たしていない競技者を出場させた場合
 - ④会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合
 - ⑤競技役員を侮辱（暴言・暴力）した場合
- (2) 競技者・チームは、以下の場合、失格（当該種目）となる。
 - ①競技開始時に競技者がいなかった場合
 - ②総則や競技種目にある競技規則に違反した場合
- (3) 競技者が失格となった場合、その競技者の順位や記録は取り消され、次の順位の競技者以降を繰り上げる。

- (4) 競技者が何らかの理由により競技を終了しなかった場合は、DNF (Did not finish) となる。
- (5) 競技終了時に、競技者はチーフレフリーまたはそれと同等の審判員から失格を通告される。競技者は、チーフレフリーまたは同等の審判員の許可があるまで競技エリアから離れてはならない。
- (6) 競技者の違反が競技役員の実ミスによってもたらされた場合、チーフレフリーの判断により競技者の違反は取り消すことができる。

14. ドーピング防止規則違反

ドーピング防止規則に違反した場合は、下記の裁定となる。

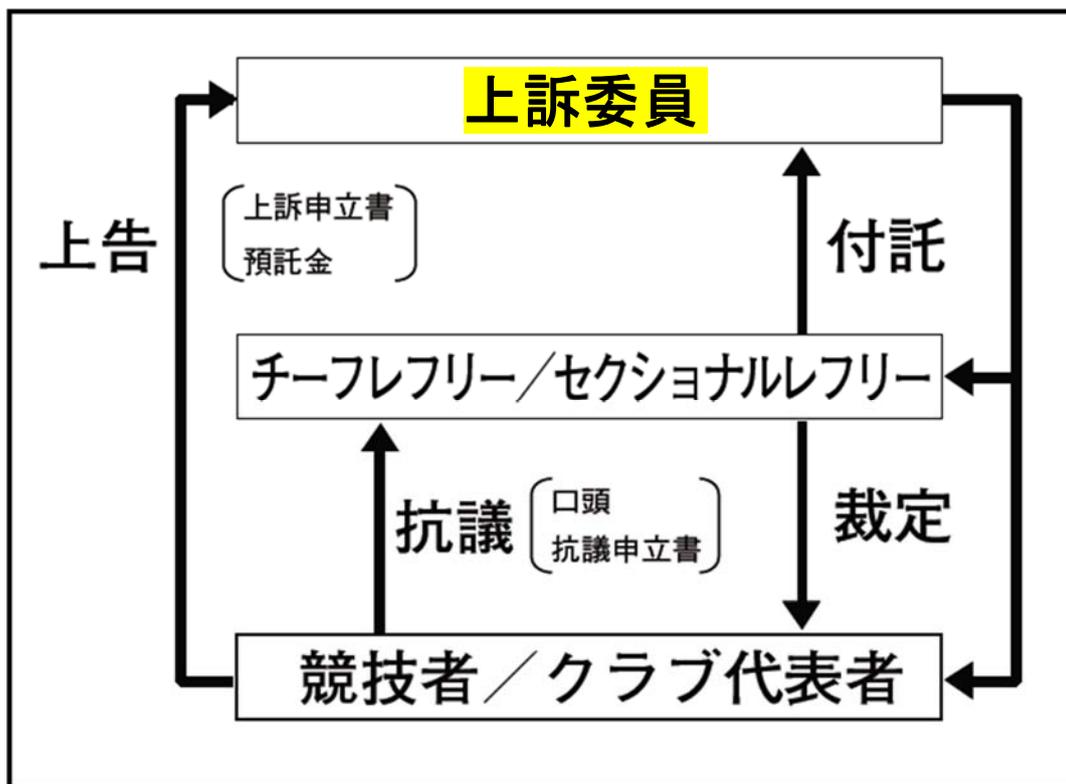
- (1) 個人種目において違反した場合、個人が参加した全ての種目の得点・順位や記録は剥奪される。
- (2) チーム種目においてそのチーム内に1人でも違反した競技者がいた場合、そのチーム種目の得点・順位や記録は剥奪される。
- (3) ドーピング防止規則違反を行なった競技者については、規律委員会に付託される。

15. 抗議と上訴

- (1) 任意の規則、競技基準、タイムテーブル等の削除、変更に対する抗議は認められない。また、そのことを周知させるために最大限の努力をしなければならない。
- (2) 競技者は、以下についてチーフレフリーまたはセクショナルレフリーに抗議することができる。しかし、スタートに関するスターターの判断、フィニッシュジャッジの着順決定およびシミュレートッド・エマージェンシー・レスポンス競技の採点に対する抗議は受け入れられない。
 - ① 競技会参加申し込みの手続き、または参加資格についての抗議
 - ② 器材検査や器材適性についての抗議
 - ③ 競技中に起きた行為や競技規則違反についての抗議
- (3) 抗議に関する手続きは以下の通りである。
 - ① 競技種目のコースおよびレーンや組み合わせ等、競技が行なわれる条件についての抗議は、競技開始の前にチーフレフリー（セクショナルレフリー）に口頭で行なわれなければならない。また、抗議があったことをチーフレフリー（セクショナルレフリー）は、競技開始前に競技者に伝えなければならない。
 - ② ①以外の抗議は、競技者本人またはクラブ代表者が競技結果の掲示、またはチーフレフリー（セクショナルレフリー）からの通告のうち、どちらか早く行なわれた時刻から15分以内に口頭でチーフレフリー（セクショナルレフリー）に行なわれなければならない。さらに口頭による抗議後15分以内に、別掲の形式に準じた抗議申立書をチーフレフリー（セクショナルレフリー）に提出しなければならない。
 - ③ 抗議の裁定が決定するまで、競技の結果は保留される。
 - ④ チーフレフリー（セクショナルレフリー）は、抗議を裁定するために公式のビデオ記録や写真等を参考にすることができる。競技者またはクラブ代表者がビデオ映像などを用いて抗議を行なう場合は、30分以内のビデオにまとめ、抗議内容の信憑性の証拠を提供（映像再生機器を含む）しなければならない。
 - ⑤ チーフレフリー（セクショナルレフリー）は、その抗議を裁定することも、上訴委員に付託することもできる。チーフレフリー（セクショナルレフリー）が裁定したとしても、競技者は上訴委

員に上告することができる。

- ⑥競技者が上訴委員に上告する場合は、チーフレフリー（セクショナルレフリー）の裁定から30分以内に、競技者に代わってクラブ代表者が署名した抗議申立書と預託金10,000円を添えなければならない。この預託金は抗議が認められ裁定が覆った場合に返金される。裁定が覆らない場合は没収される。また、チーフレフリーからの付託についても同様に費用が発生する。
- ⑦上訴委員は上訴委員長によって若干名任命され、チーフレフリーによって付託された抗議について裁定する。その際、公式のビデオ記録や写真等を参考にしたり、競技者や審判員から意見を聞くことができる。裁定については非公開にて決定される。上訴委員の裁定は変更できず、抗議する権利はない。
- ⑧上訴委員をおかない競技会では、チーフレフリーが最終的に抗議を裁定する。従って、主催団体は、あらかじめそのことを参加クラブに周知しなければならない。



抗議申立書

Part 1: 抗議はJLA競技規則及び/またはJLA公式文書に従って申し立てることができる。
競技会参加申し込みの手続き又は参加資格；機材検査又は機材適正；
競技中に起きた行為及び/又は競技規則違反について抗議できる。

抗議申し立て競技者又はチーム名： _____

種目名： _____ 競技エリア： _____

コース/ヒート/ロックアップエリア： _____

日時： _____

私/私たちは、以下に対して抗議します：

競技者（署名）

チームマネージャ（署名）

（オフィシャル記入欄）

種目結果発表時刻（正確な時刻を記載する）： _____

口頭抗議受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

抗議申立書受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

チーフレフリー名： _____

裁定： 支持する（抗議に同意する） 退ける（抗議に反対する）

上訴委員会に附託する 規律委員会に附託する

備考：

チーフレフリー（署名）： _____

競技者又はチームマネージャへの裁定宣告時刻： _____

申立者の裁定受理署名： _____

(裏面：上訴申立書)

上訴申立書

Part 2: 上訴はJLA競技規則に従って申し立てることができる。
上訴委員会の裁定は最終的なものである。

上訴の根拠又は説明：

(オフィシャル記入欄)

口頭上訴受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

上訴申立書受理者： _____ オフィシャル職位： _____ 時刻： _____

上訴預託金受理者： _____ 上訴預託金返金者（該当する場合）： _____

上訴委員長名： _____

裁定： 支持する（抗議に同意する） 退ける（抗議に反対する）

備考：

上訴委員長（署名）： _____

競技者又はチームマネージャへの裁定宣告時刻： _____

申立者の裁定受理署名： _____

第3章 プール競技規則

第3章 プール競技規則

第1節 プール競技総則

1. 組み合わせ配置

- (1) プール競技において組み合わせ配置（シード）を行う。
- (2) プール競技では、競技者は個人種目およびチーム種目のタイムを提出することが求められる。
- (3) タイムが提出されていない競技者は、一番遅いタイムだとみなされる。
- (4) 同タイムであった競技者らの順位は抽選で決定される。また、タイムを提出していない競技者ら（一番遅いタイムとして同タイムとみなされる）の順位も抽選で決定される。

1.1 予選における組み合わせ配置

（エントリー数に応じて）競技で予選と決勝が行われる場合、競技者は以下の方法により提出されたタイムに応じて組み合わせ配置される。

- (1) 1ヒートしかない場合、そのヒートは決勝として組み合わせ配置される。
- (2) 2ヒートある予選の場合、最も早い競技者を第2ヒートに配置し、2番目に早い競技者を第1ヒートに配置する。3番目に早い競技者を第2ヒートに、4番目に早い競技者を第1ヒートに、というように配置する。
- (3) 3ヒートある予選の場合、最も早い競技者を第3ヒートに配置し、次に早い競技者を第2ヒートに配置し、その次に早い競技者を第1ヒートに配置する。4番目に早い競技者を第3ヒートに、5番目に早い競技者を第2ヒートに、6番目に早い競技者を第1ヒートに、7番目に早い競技者を第3ヒートに、というように配置する。
- (4) 4ヒート以上ある予選の場合、最後の3ヒートは上記(3)に従って組み合わせ配置する。最後の3ヒートの1つ前のヒート（最後から4ヒート目）は、2番目に早い競技者群で構成される。最後の4ヒートの1つ前のヒート（最後から5ヒート目）は、3番目に早い競技者群で構成される。以後同様。レーンは、下記の「レーンの割り当て」に記載の方法に従って、提出されたタイムの降順で割り当てられる。
- (5) 例外：1つの競技で複数のヒートがある場合、各ヒートには最低3人の競技者を配置する。

1.2 タイム決勝の組み合わせ調整

競技がタイム決勝で行われる場合、競技者は提出されたタイムに応じて以下の方法により組み合わせ配置される。

- (1) 1ヒートしかない場合、そのヒートは決勝として組み合わせ配置する。
- (2) 2ヒート以上の場合、最も早い競技者群が最終ヒートに配置され、次節の詳細のとおりレーン割り当てされる。次に早い競技者群が最後から2番目のヒートに配置され、全ての競技者が提出タイムに応じてヒートに配置されレーン割り当てされるまで、同様に続く。

1.3 レーンの割り当て

8レーンあるプールの第4レーンに最も早い競技者またはチームを配置する（レーンは、スタート側から見てプールの右側を第1レーンとする）。次に早いタイムの競技者またはチームをその1つ左のレーン

に配置し、以下、右、左と交互に配置する。同タイムの競技者は抽選により、前述の方法に従ってレーンを割り当てられる。

1.4 決勝における組み合わせ配置

プール競技のスタート位置は以下のように組み合わせ配置される：

- (1) 予選のタイムに基づき、上位8位までの競技者はA決勝、9位から16位までの競技者はB決勝に割り当てられる。
- (2) 予選の同じヒートまたは異なるヒートにおいて、8位または16位を決める競技者のタイムが1/100秒精度で同じだった場合、どの競技者がA、Bどちらの決勝に進むかを決定するためスイムオフを行う。そのスイムオフは関与する競技者の予選ヒート終了後1時間以内には行われず（ただし、関与する競技者がより短い時間で行うことに同意した場合を除く）。再度同タイムであれば、もう一回スイムオフが行われる。
- (3) A又はB決勝において棄権した又はスタートしなかった（DNS）競技者又はチームは、チーム得点の点数を獲得しない（すなわち、「不参加」の加点は零点である）。
- (4) 競技者が1人以上又はチームが1チーム以上A決勝を棄権した場合、B決勝から競技者（又はチーム）が繰り上げられ、代替として最大4人（又は4チーム）までの競技者が予選ヒートから繰り上げられる。B決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。代替競技者が足りなくても、招集できた競技者によりB決勝を行う。決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。

注意：プール競技において、代替競技者は予選ヒートのタイムに基づき決定される。オーシャン競技においては、棄権した競技者と同じ予選（選考レース）から代替競技者が繰り上がる。

2. 出場確認および招集

- (1) プール競技において出場確認を行なうかどうかは、チーフレフリーの判断による。出場確認を行なう場合競技者または代理人は、各競技種目の招集場所での出場確認の手続きを行わなければならない。指定された時刻までに出場確認を行わなかった場合は、原則として失格となる。
- (2) 競技者は指定された時刻までに招集場所に集まり、審判員の指示により整列する。
- (3) 競技会当日のコンディション等により、チーフレフリーの判断でタイムテーブルが変更されることがある。その場合は競技者に周知しなければならない。

3. スタート

- (1) スタートは、1回制（1スタートルール）とする。
- (2) スタートは、競技種目規定に準じ飛込スタート、または水中スタートのどちらかの方法で行なわれる（ラインスローを除く）。
 - ①飛込スタート
 - ②水中スタート
 - (ア)長いホイッスルにより競技者はスタート台に上がる。
 - (イ)スターターの「用意（Take your marks）」の号令によって、競技者はスタート台前方に少なくとも一方の足の指を掛け、速やかにスタートの姿勢をとる。
 - (ウ)スターターは、全ての競技者が静止した状態になったら、スタートの合図をする。

- (ア)1回目の長いホイッスルによって、マネキンリレーの第1競技者およびラインスローの溺者役はプールに入る。
- (イ)2回目の長いホイッスルによって、むやみに遅らせることなくスタートの位置につく。
- (ウ)マネキンリレーの第1競技者は一方の手にマネキンを水面に保持し、もう一方の手でプールの端壁またはスターティンググリップを掴み水中からスタートする。
- (エ)ラインスローの溺者役は、割り当てられたレーン内で固定されたクロスバーの救助者側で立ち泳ぎをする。溺者役はスローラインとクロスバーの両方を片手または両手で掴む。
- (オ)スターターは、全ての競技者がスタート位置についたら、「用意 (Take your marks)」の号令を出す。全ての競技者が静止した状態になったら、スタートの合図をする。

4. 不正スタート

- (1) スタートの合図をする前にスタートした（すなわち、スタート動作を開始した）競技者は全て失格となる。
- (2) 失格が宣告される前にスタートの合図が発せられていた場合、競技は続行し不正スタートした競技者は、競技終了後失格となる。
- (3) スタートの合図の前に明らかに不正スタートをしたとみなされる場合は、スタートの合図をしないで、その競技者を失格とする。他の競技者については再スタートをする。
- (4) 競技者を呼び戻す合図は、スタートの合図と同じ合図を繰り返すと共にフライングローブを落とし競技者を呼び戻す。チーフレフリーまたはチーフレフリーが指名した者が、スタートが不正であったと判断した場合、チーフレフリーまたはチーフレフリーが指名した者はスタートが公平でなかったと判定し、ホイッスルを吹いてその後に再スタートを行なう。
- (5) 競技者の過ちが競技役員によってもたらされた場合は、チーフレフリーはこれを取り消し再スタートを行なう。
- (6) 何らかの理由により公平なスタートが行なえなかったとスターターが判断した場合（技術的・器材的な問題を含む）、競技者は呼び戻され再スタートが行なわれる。
- (7) 競技者は、スタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした場合に失格となる。競技者が動いたことが全て失格となるわけではない。スタートの合図を予想して明らかに前方へのスタート動作を起こした競技者が失格となる。
- (8) 1人あるいはそれ以上の競技者が前方へのスタート動作を起こしたか否かの判断は、スターターによる。一般に、ある競技者のスタート動作が他の競技者の不正スタートにつられて生じたと判断された場合は、不正スタートによる失格とはしない。

5. レスキューチューブの扱い方

- (1) レスキューチューブは、肩掛け部分の紐の輪を一方の肩から交差させるか、または一方の肩の上に掛けて着用しなければならない。
- (2) レスキューチューブは、マネキンに巻きつけるまではクリップをオーリングにかけてはならない。
- (3) レスキューチューブは、マネキンの両腕の下でクリップをオーリングにかけて正しくつけないといけない。

- (4) レスキューチューブを用いて溺者役またはマネキンを引っ張る場合、紐を十分に伸ばした状態で、救助者の後ろで引っ張らなければならない（ただし、マネキンを引っ張る場合は、種目別競技規則に従う）。
- (5) レスキューチューブを正しく着用していれば、肩掛け部分の紐の輪が競技者の腕や肘に落ちてても失格にはならない。

6. マネキンの扱い方

(1) マネキンの浮上

競技者がマネキンを水面に引き上げる場合、競技者はプールの底を蹴ったり押ししたりしてもよい。「水面」とは静水状態のプールの水平面を意味する。

- ①競技者は、少なくとも一方の手でマネキンを掴んで水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上する事を意味する。
- ②競技者は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越える時点で、マネキンを正しい状態で運ばなくてはならない（キャリアー）。
- ③競技者は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越えた後、再び潜ってはならない。

(2) マネキンを運ぶ（キャリアー）

- ①マネキンを運ぶ（キャリアー）際、マネキン（溺者および傷病者）は、呼吸停止と想定する。
- ②少なくとも一方の手が常にマネキンに触れていなければならない。
- ③競技者はマネキンを押ししたり、マネキンの喉、口、鼻および目に手をかけたり、マネキンを水面下で運んではならない。「押す」とはマネキンの頭頂部が競技者の頭頂部の前方で運ばれることをいう。
- ④マネキンの顔を上に向けた状態で、水面を運ばなければならない。
- ⑤マネキンを運ぶ（キャリアー）際、マネキンの顔は斜めになってもよいが、水面に対して90度を越えて傾いたり、プールの底に向いたりしてはいけない。
- ⑥競技者およびマネキンが「水面下」にある場合は失格となる。競技者またはマネキンがストローク毎に水面から出ていれば、マネキンは水面に出ている必要はない。競技者が通常のストロークまたはキックサイクルの一部として水面下に沈んだとしても、レース全体で腕や頭といった競技者の身体はどこか一部が水面から出ていれば失格とはならない。
- ⑦競技者の身体がマネキンを覆ったり、競技者の身体の下でマネキンを運んで（キャリアー）はならない。
- ⑧「マネキンを運ぶ（キャリアー）」の規則は、マネキンの頭頂部が5mライン（マネキンキャリアー、レスキューメドレー、スーパーライフセーバー）または10mライン（マネキンキャリアー・ウィズフィン）を越えた時点から適用される。
- ⑨マネキンリレーの場合、第1競技者と第3競技者のスタートゾーン、およびチェンジオーバーゾーン内では、「マネキンを運ぶ（キャリアー）」の規則は適用されない。スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内とは、マネキンの頭頂部がゾーンに入ってからゾーンを越える前までとす

る。

(3) レスキューチューブを用いてマネキンを引っ張る（トウ）

- ①レスキューチューブを用いてマネキンを引っ張る（トウ）際、マネキン（溺者および傷病者）は、呼吸していると想定する。
- ②競技者は、マネキンの頭頂部が5mラインを越える前にマネキンの両腕の下にレスキューチューブのクリップをオーリングにかけなければならない。
- ③競技者はマネキンの顔を上に向けた状態にして水面を引っ張らなければならない。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた後、マネキンの顔は斜めになってもよいが、水面に対して90度を越えて傾いたり、プールの底に向いたりしてはいけない。
- ⑤マネキンがレスキューチューブの中で回転し、マネキンの頭部が下を向いてしまったり水面下に潜ってはならない。
- ⑥競技者は、マネキンの頭頂部が10mラインを越える前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない
(競技者は、遅延行為なしにできるだけ速やかに、レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない)。
- ⑦レスキューチューブをマネキンに正しくつけた後、レスキューチューブとマネキンが離れた場合は失格となる。ただし、レスキューチューブがずれてマネキンの一方の腕の下のみで巻かれている状態になっても以下のことが満たされていれば失格にはならない。
(ア)競技者がマネキンにレスキューチューブを装着した際に、マネキンにレスキューチューブが正しく装着されていた場合。
(イ)マネキンが顔を上にして引っ張られていた場合。
- ⑧競技者は、マネキンを引っ張る（トウ）際、背泳ぎ、横泳ぎまたは平泳ぎをしてよく、またどんなキックまたはストロークをしてもよい。

7. マネキン・ハンドラー

- (1) マネキントウ・ウィズフィン、スーパーライフセーバーの両種目では、マネキン・ハンドラーは、同一クラブの競技者の中から選出されなければならない。ただし出場確認時までにチーフレフリーが特別に認めた場合、同一クラブ以外の競技者からマネキン・ハンドラーを選出することができる。
- (2) スタート前および競技中、マネキン・ハンドラーはマネキンを指定されたレーン内において、垂直に、顔をプールの壁に向け、自然に浮く状態で保持する。
- (3) マネキン・ハンドラーは、自クラブのキャップを着用しなければならない。
- (4) マネキン・ハンドラーは、競技中故意にプールに入ってはならない。

8. プールの使用

- (1) 競技者は、指定されたレーンで競技を行なわなければならない。
- (2) 競技者は、競技中プールの底に立ったり、歩いたり、蹴ったりしてはならない（ただし200m（100m）障害物スイム、4×50m障害物リレー、4×25mマネキンリレー、およびマネキンを引き上げる場合を除く）。

- (3) 競技者は、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いてはならない（プールの底は含まれない）。
- (4) 終了の合図はチーフレフリーもしくはそれに準ずる者が出す。
- (5) 全ての競技において、競技者は競技終了後、審判員による退水の合図があるまで指定されたレーン内の水中にいななければならない。また、競技者がプールから退水する際は、指定されたプールサイドから退水しなければならない（タッチ板の上から退水してはならない）。ただし、リレーの場合、第1、第2、第3競技者は、それぞれの区間が終了したら、他の競技者を妨害することなく、直ちに指定されたレーンから退水しなければならない。退水後は、再度プールに入ってはならない（4×25mマネキンリレーを除く）。
- (6) 競技者と競技役員のみが指定された競技エリアのプールデッキに入ることが許される。競技者は競技していないとき、競技役員は職務についていないとき、指定された競技エリアを離れなければならない。
- (7) 競技規則で特別に定められていない限り、人工的な推進手段は競技で使用することはできない（水かき、腕バンドなど）。
- (8) プール種目において、粘着性、接着性のある物質（液体状、個体状、又は噴霧するもの）を、競技者の手や足へ使用すること、又は掴みやすいようにマネキン又はレスキューチューブの表面への使用すること、又はプールの底を蹴りやすくするために使用すること、は認められない（DQ7）。
予防的、医療的、治療的又は運動学的な目的に用いられるボディテープは、それが競争的優位性を与えない限り、チーフレフリーの判断で認可される。
- (9) 競技中にほかの競技者を妨害した競技者は失格となる（DQ2）。
- (10) 競技者は全ての種目においてクラブ（又は国の代表チーム）のプール競技用キャップを着用せねばならない。（デザインがプール競技用と同じであれば）オーシャン競技のキャップ、又はゴム製、シリコン製キャップを着用しても良い。
- (11) 審判員によるか又は全自動装置によるかを問わず、着順判定は抗議又は上訴の対象とならない。
- (12) イベントディレクター、スターター、又はチーフレフリー（又はチーフレフリーが指定した者）によるスタートに関する決定は抗議又は上訴の対象とならない。

9. 計 時

- (1) 競技の順位および記録を決定するために、計時は全自動装置またはデジタルストップウォッチのいずれかによって行なわれる。全自動装置とは、（財）日本水泳連盟の「自動審判装置等公認規則」に基づく装置をいう。
- (2) 全自動装置による計時
 - ①全自動装置の操作は、主催団体より任命された競技役員（審判員）の監督の下に行なわれなければならない。
 - ②全自動装置を使用する場合であっても、装置の故障や突発的な事故に備えて少なくとも各レーン1人のストップウォッチによるタイムキーパーを予備配置しなければならない。全自動装置が作動しなかった場合は、タイムキーパーが計測したタイムが採用される。
 - ③全自動装置の着順とタイムの判定は、1/100秒までで着順を決定する。1/1000秒の位まで計測可

能な場合であっても、1/1000秒の位は切り捨てる。1/100秒までが同記録の場合は同着・同順位とする。公式結果や電光掲示板の表示は1/100秒まででなくてはならない。

④全自動装置によって判定された着順とタイムは、ストップウォッチによる手動計時の判定より優先される。

⑤全自動装置が使用されている場合、競技者は、折返しおよびゴールにおいてタッチ板の有効面にタッチし、十分な圧力を加え作動させなければならない。

(3) 手動による計時

①ストップウォッチによる手動計時の場合、各レーン3人のタイムキーパーによって計測したタイムが採用される。

②ストップウォッチにより計測されたタイムは、手動計時となる。手動計時は1/100秒までとする。

③3台のストップウォッチのうち2台が同じで、他の1台が異なるタイムを計測した場合、2台の合致したタイムを公式タイムとする。

④3台のストップウォッチがそれぞれ異なるタイムを計測した場合、中間のタイムを計測したストップウォッチのタイムを公式タイムとする。

⑤3台のストップウォッチのうち、2台だけがタイムを計測した場合、その2台の平均時間を公式タイムとする。

⑥タイムキーパーの記録したタイムによる順位が、フィニッシュジャッジの判定と一致しない場合は、フィニッシュジャッジの決定した順位を優先する。当該競技者のタイムは、みな同じとする。例えば、2人の競技者が関係する場合、2人のタイムは2人のタイムの合計÷2となる。

(4) 着順の判定は、公式タイムを比較して決定される。公式タイムが同じ場合は、その記録で泳いだ競技者全員が同着・同順位となる。

10. 記 録

(1) 記録は、本協会の主催競技会または本協会が記録を認定すると認めた公認競技会において認定される。

(2) 記録はチーフレフリーにより、正式に発表されたものでなければならない。

(3) 日本記録は、日本の国籍を保有した者が樹立した最高の認定記録とする。リレー種目の競技者が日本国籍でない場合は、日本記録の対象とならない。

(4) 日本記録は、男女共、以下の種目に限られる。

①200m障害物スイム

②100m障害物スイム

③50mマネキンキャリー

④100mレスキューメドレー

⑤100mマネキンキャリー・ウィズフィン

⑥100mマネキントウ・ウィズフィン

⑦200mスーパーライフセーバー

⑧ラインスロー

⑨4×25mマネキンリレー

⑩4×50m障害物リレー

⑪4×50mメドレーリレー

(5) 本協会の主催競技会においては競技会終了をもって認定とする。

(6) その他、新しく日本記録が樹立されたときは、次の手続きをとらなければならない。

①本協会により記録を認定すると認められた公認競技会の主催団体は、競技会終了の日から7日以内に「日本記録申請書」を本協会に申請する。

②国際大会においては、ILSの競技規則を採用している種目に限り記録を申請することができる。

③世界選手権およびワールドゲームスにおいては、その競技会の統括団体が証明する報告書をもってこれに代える。

④本協会に申請された記録は、競技運営・審判委員会の審査・承認を経てこれを発表する。

第2節 プール競技種目

1. 200m（100m）障害物スイム（Obstacle Swim - 200m and 100m）

(1) 競技人数

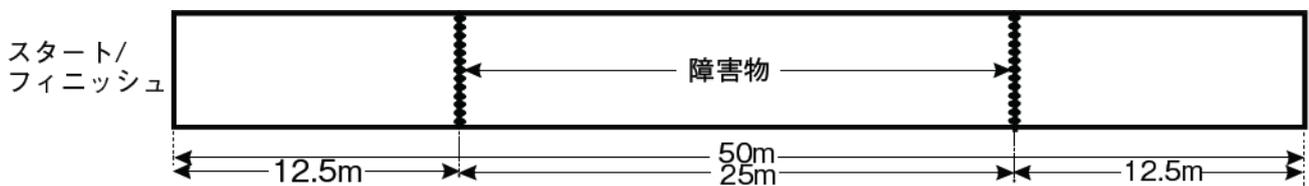
1人

(2) 使用器材

障害物（主催者が準備する）

(3) コース

障害物は、全レーンにまたがってまっすぐな線を描くようにレーンロープと垂直に固定する。最初の障害物は、スタートの壁から12.5mのところに設置し、2番目の障害物は逆のサイドから12.5mのところに設置する。2つの障害物の距離は25mとする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②競技者はスタートの後、水中の障害物を8回（4回）潜りながら200m（100m）泳ぐ。
- ③ゴールははっきりと見えるように、ゴールの壁にタッチする。
- ④競技者は飛込後、各障害物の前と下を潜った後、および折返した後水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上することを意味する。
- ⑤競技者は各障害物の下から水面に浮上する際、プールの底を蹴っても押してもよい。
- ⑥障害物にぶつかっても失格にはならない。

(5) 失格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①飛込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合（DQ12）。
- ②障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合（DQ11）。
- ③それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合（DQ13）。
- ④折返しの際、壁にタッチをしなかった場合（DQ14）。
- ⑤競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。

2. 50mマネキンキャリー (Manikin Carry - 50m)

(1) 競技人数x

1人

(2) 使用器材

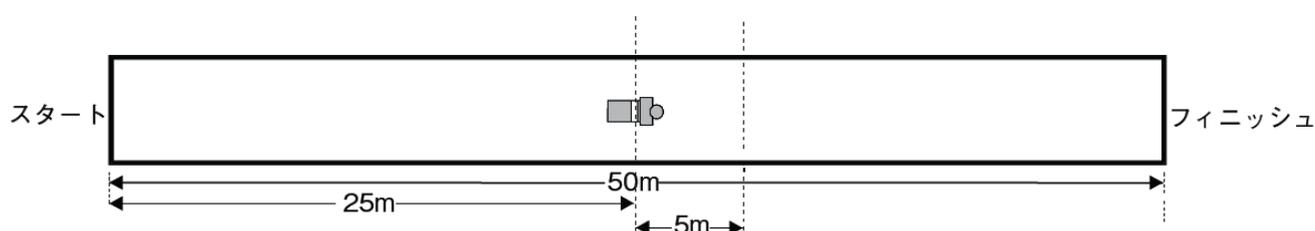
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合、マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き、規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ、ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが25mライン (ピックアップライン) にくるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者はスタートの後、25m泳ぎ、水中に潜ってマネキンを引き上げる。ただし、マネキンを確保する前に水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上する事を意味する。
- ③マネキンを引き上げる際には、マネキンの位置から5m以内の水面に浮上しなければならない。
- ④マネキンの扱いは、プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑤ゴールは競技者がマネキンを保持しながら、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを確保する前に水面に浮上しなかった場合 (DQ16)。
- ②マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリー) 場合 (DQ19)。
- ③マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリーまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合 (DQ18)。
- ⑤マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品 (レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑥ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に、マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑦競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

3. 100mレスキューメドレー (Rescue Medley - 100m)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

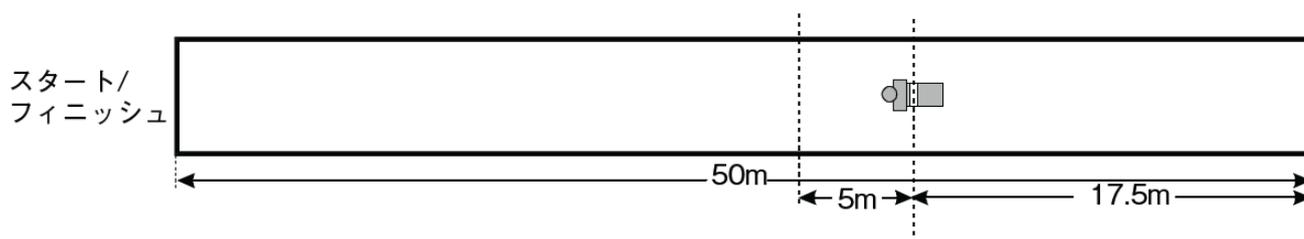
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合、マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き、規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ、ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが折返し側から17.5mライン (ピックアップライン) にくるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者はスタートの後、50m泳ぎ、折返し後マネキンの位置まで潜行し、マネキンを引き上げ残り32.5mマネキンを運ぶ。
- ③競技者は、折返しの際呼吸してもよいが、足が折返しの壁を離れた後は、マネキンと一緒に水面に浮上するまで呼吸してはならない。
- ④マネキンを引き上げる際には、マネキンの位置から5m以内の水面に浮上しなければならない。
- ⑤マネキンの扱いは、プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑥ゴールは競技者がマネキンを保持しながら、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリア) 場合 (DQ19)。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリアまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ③折返し後、マネキンを引き上げる前に浮上した場合 (DQ22)。
- ④マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合 (DQ18)。
- ⑤マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品 (レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑥ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に、マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑦競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

4. 100mマネキンキャリー・ウィズフィン (Manikin Carry with Fins - 100m)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

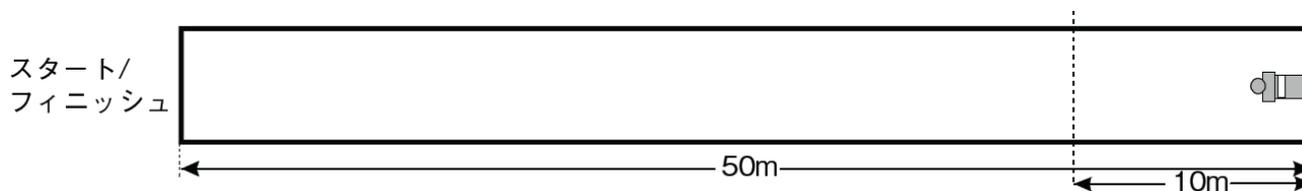
マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する), フィン

(3) コース

マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合, マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き, 規定の深さになるようにする。

マネキンはスタートと反対側の壁のプールの底に背を下にして横たえ, ゴールの方向に頭を向けておく。プールの設計上, プールの壁が, プールの底と直角ではない場合, マネキンは, 壁にできるだけ近く, 水面で測定した距離が壁から30cm以内の位置に配置する。



(4) 競技の方法

- ①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者は, フィンをつけて50m泳ぎ, マネキンを引き上げ残り50mマネキンを運ぶ。
- ③スタート後にフィンを落としてしまった場合は, 競技者はフィンを回収するかまたはフィンなしで競技を継続することができる。フィンを回収する場合, マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし, 再レースを行なうことはできない。
- ④競技者は折返しの壁を触らなくてもよい。
- ⑤マネキンを引き上げる際には, 折返しの壁から10m以内の水面に浮上しなければならない。
- ⑥マネキンの扱いは, プール競技総則 (マネキンの扱い方) に準じる。
- ⑦ゴールは競技者がマネキンを保持しながら, はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。

(5) 失格

総則 (共通・プール競技総則) の違反に加えて, 次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ (キャリー) 場合 (DQ19)。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ (キャリーまたはトウ) 場合 (DQ20)。
- ③マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に, 正しい状態でマネキンを確保していない場合 (DQ23)。
- ④マネキンを確保して水面に浮上する際, プールの付属品 (レーンロープ, 階段, 排水管, 水中ホッケーの備品等) を補助として用いた場合。ただし, プールの底は含まれない (DQ17)。
- ⑤ゴールの壁および折返しの壁にタッチする前に, マネキンを放した場合 (DQ21)。
- ⑥競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合 (DQ15)。

5. 100mマネキントウ・ウィズフィン (Manikin Tow with Fins - 100m)

(1) 競技人数

競技者1人, マネキン・ハンドラー

(2) 使用器材

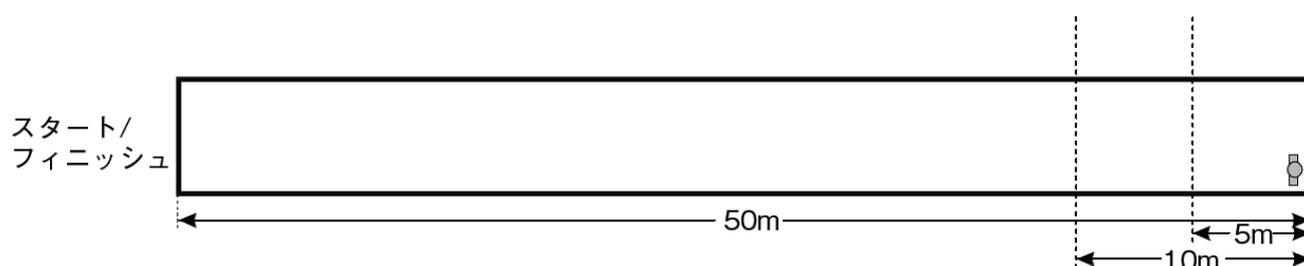
マネキン (胸部の横ラインの上部が水面と等しく浮くように水を入れたマネキン), フィン, レスキューチューブ

(マネキン, レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース

マネキンの位置

スタート前および競技中, マネキン・ハンドラーはマネキンをプールサイドから折返し壁に向け, レーン内で垂直になるようにする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。
- ②競技者は, フィンとレスキューチューブをつけて50m泳ぐ。レスキューチューブを付けてスタートする場合, レスキューチューブの本体と紐は, 競技者の判断で指定されたレーン内に位置させる。ただし, 競技者は, レスキューチューブを付けたスタートが安全にできるようにしなければならない。
- ③競技者が折返し壁をタッチしたら, 直ちにマネキン・ハンドラーはマネキンを放す。その際, マネキン・ハンドラーは競技者やゴールの壁の方向へマネキンを押してはならない。
- ④競技者は, 折返し壁をタッチした後, プールの壁から5m以内でマネキンの両腕の下にレスキューチューブをつけ, マネキンの顔が水面で上を向いた状態でゴールまでそれを引っ張る。ここで, 5m以内でマネキンにレスキューチューブをつけられず失格となったあと, レスキューチューブを正しくつけ直すために再度5m以内に戻ってはいけない。
- ⑤競技者は, マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に, できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。競技者は, 遅延行為なしにできるだけ速やかな動作で, レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない。
- ⑥マネキンからレスキューチューブが外れた場合は失格とする。マネキンを引っ張っている間にレスキューチューブがずれて, 一方の腕のみで固定されている状態になっても失格にはならない。ただし, 最初にレスキューチューブを「正しく」固定し, マネキンの顔が水面で上を向いた状態で維持されていた場合に限る。
- ⑦50m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れてはならない。
- ⑧スタート後にフィンを落としてしまった場合は, 競技者はフィンを回収するかまたはフィンなし

で競技を継続することができる。フィンを回収する場合、マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし、再レースを行なうことはできない。

- ⑨マネキンの扱いは、プール競技総則（マネキンの扱い方）に準じる。
- ⑩競技者は、レスキューチューブとマネキンが離れていない、およびマネキンの顔が水面で上を向いた状態であれば、マネキンを引っ張っている途中でも、レスキューチューブを巻き直すことができる。
- ⑪ゴールは、レスキューチューブにマネキンが巻かれた状態で、競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。(5) 失 格
総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。
- ①マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）
- ②競技者が折返しの壁にタッチした後、マネキン・ハンドラーがただちにマネキンを放さなかった場合（DQ27）。
- ③マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合（DQ25）。
- ④マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合（DQ29）。
- ⑤競技者が折返しの壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ30）。
- ⑥50m/150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合（DQ26）。
- ⑦レスキューチューブをマネキンに正しくつけなかった場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）（DQ31）。
- ⑧マネキンの頭頂部が5mラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていなかった場合（DQ32）。
- ⑨マネキンの頭頂部が10mラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされていない場合（DQ34）。
- ⑩マネキンの頭頂部が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）（DQ35）。
- ⑪マネキンを引っ張る代わりに押したり、抱えたりした場合（DQ33）。
- ⑫レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合（DQ24）。
- ⑬レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合（DQ36）。
- ⑭レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合（DQ37）。
- ⑮競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑯マネキン・ハンドラーがマネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合（DQ28）。

6. 200mスーパーライフセーバー (Super Lifesaver - 200m)

(1) 競技人数

競技者1人, マネキン・ハンドラー

(2) 使用器材

キャリア用マネキン (水を一杯に入れたマネキン), トウ用マネキン (胸部の横ラインの上部が水面と等しく浮くように水を入れたマネキン), フィン, レスキューチューブ

(マネキン, レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース

①フィンとレスキューチューブの位置

競技者は, スタート前にフィンとレスキューチューブをスタート台ではなく各レーンのプールデッキに配置しなければならない。

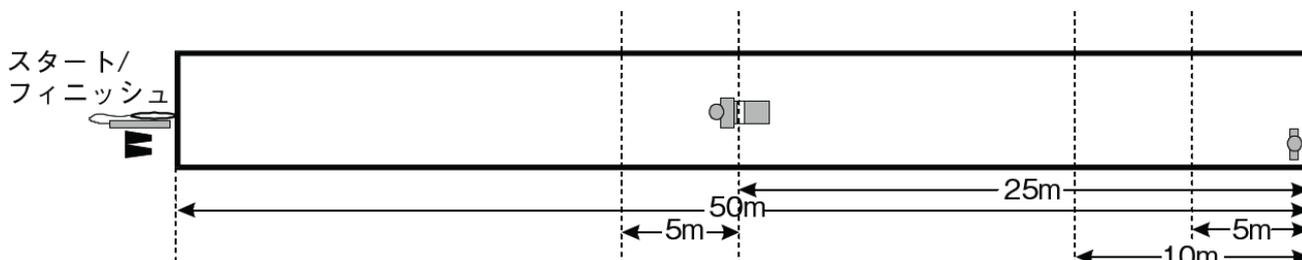
②キャリア用マネキンの位置

マネキンは1.8mから3mの深さに置く。3mより深い場合, マネキンを台 (またはその他の補助) の上に置き, 規定の深さになるようにする。

マネキンは背を下にして横たえ, ゴールの方向に頭を向けておく。マネキンの胸部中央の横ラインが25mライン (ピックアップライン) にくるようにする。

③トウ用マネキンの位置

スタート前および競技中, マネキン・ハンドラーはマネキンをプールサイドから, 顔を折返しの壁に向け, レーン内で垂直に, そしてマネキンが自然に浮く位置となるようにする。



(4) 競技の方法

①スタートは, プール競技総則 (飛込スタート) に準じる。

②競技者はスタートの後75m泳ぎ, その後水中に潜って水中のマネキンを引き上げる。

③マネキンを引き上げる際には, マネキンの位置から5mまでのピックアップゾーン内の水面に浮上しなければならない。

④競技者はマネキンを100m地点の折返しの壁まで運び, 壁にタッチしたらマネキンを放す。

⑤競技者は100m地点の折返しの壁をタッチした後, フィンとレスキューチューブを装着し, 50m泳ぐ。

⑥競技者が150m地点の折返しの壁をタッチした後, 直ちにマネキン・ハンドラーはマネキンを放す。その際, マネキン・ハンドラーは競技者やゴールの壁の方向へマネキンを押しはならない。

⑦競技者は150m地点の壁にタッチした後, プールの壁から5mまでのピックアップゾーン内でマネキンの両腕の下にレスキューチューブを付け, マネキンの顔が水面で上を向いた状態でゴールま

でそれを引っ張る。ここで、5m以内でマネキンにレスキューチューブをつけられず失格となったあと、レスキューチューブを正しくつけ直すために再度5m以内に戻ってはいけない。

- ⑧競技者は、マネキンの頭頂部が10mラインを通過する前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。競技者は、遅延行為なしにできるだけ速やかな動作で、レスキューチューブの紐を十分に伸ばさなければならない。
- ⑨マネキンからレスキューチューブが外れた場合は失格とする。マネキンを引っ張っている間にレスキューチューブがずれて、一方の腕のみで固定されている状態になっても失格にはならない。ただし、最初にレスキューチューブを「正しく」固定し、マネキンの顔が水面で上を向いた状態で維持されていた場合に限る。
- ⑩150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れてはならない。
- ⑪スタート後にフィンを落としてしまった場合は、競技者はフィンを回収するかまたはフィンなしで競技を継続することができる。フィンを回収する場合、マネキンの扱い方に違反していない限り競技を継続することができる。ただし、再レースを行なうことはできない。
- ⑫マネキンの扱いは、プール競技総則（マネキンの扱い方）に準じる。
- ⑬競技者は、レスキューチューブとマネキンが離れていない、およびマネキンの顔が水面で上を向いた状態にあれば、マネキンを引っ張っている途中でも、レスキューチューブを巻き直すことができる。
- ⑭ゴールは、レスキューチューブにマネキンが巻かれた状態で、競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチすること。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリア）場合（DQ19）。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）。
- ③マネキンの頭頂部が5mラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合（DQ18）。
- ④競技者が折返しの壁にタッチした後、ただちにマネキン・ハンドラーがマネキンを放さなかった場合（DQ27）。
- ⑤マネキン・ハンドラーがマネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合（DQ28）。
- ⑥マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合（DQ25）。
- ⑦マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合（DQ29）。
- ⑧50m/150m地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合（DQ26）。
- ⑨折返しの壁およびゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合（DQ21）
- ⑩レスキューチューブをマネキンに正しくつけなかった場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）（DQ31）。
- ⑪マネキンの頭頂部が5mラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていなかった場合（DQ32）。

- ⑫マネキンの頭頂部が10mラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされていない場合（DQ34）。
- ⑬マネキンの頭頂部が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）（DQ35）。
- ⑭マネキンを引っ張る代わりに押したり抱えたりした場合（DQ33）。
- ⑮レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合（DQ24）。
- ⑯レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合（DQ36）。
- ⑰レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合（DQ37）。
- ⑱競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑲マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない（DQ17）。
- ⑳競技者が折返し壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ30）。

7. 12.5mラインスロー (Line Throw - 12.5m)

(1) 競技人数

2人 (救助者1人 溺者役1人)

(2) 使用器材

スローライン, クロスバー

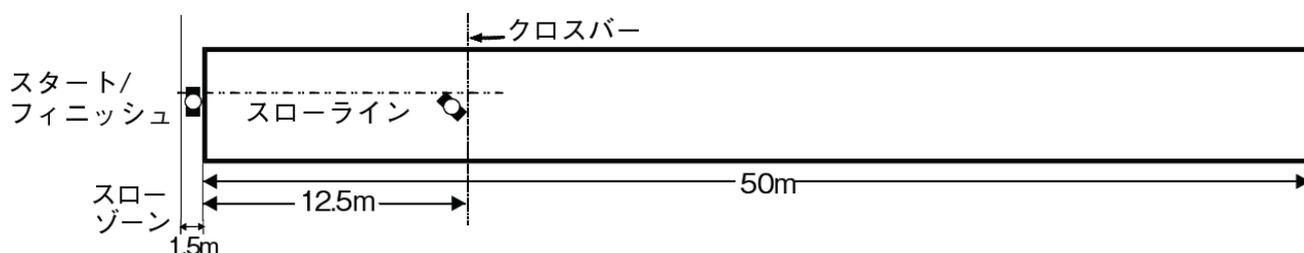
(器材は主催者が準備する)

(3) コース

①クロスバーの位置

硬い (曲がらない) クロスバーを, スタート側のプールの端から12.5m地点の水面に各レーンを横断するように設置する。許容差は各レーンに於いてプラス0.10m, マイナス0.00mである。

②スローゾーンはプールの縁から1.5mまでのプールデッキ上で, 指定されたレーン内とする。もしプールサイドに隆起した部分がある場合, 隆起した部分のデッキ側から1.5mとする。



(4) 競技の方法

①投げる練習は認められない。

②スターターの1回目のホイッスルで2人の競技者はスローゾーンに入る。救助者役はスローラインの一方の端だけを持つ。溺者役はスローラインを持ってプールに入り, スローラインを伸ばしてクロスバーまで移動する。余ったスローラインはクロスバーの上または下のどちらにあってよい。

③2回目のホイッスルで, 競技者は遅れのないようにスタートの位置に着く。

④スターターの「用意 (Take your marks)」の号令でスタートの姿勢をとる。

⑤スタートの姿勢

救助者は, 溺者役が正面となるように向かい合ってスローゾーン内に立ち, “気をつけ”の姿勢 (踵と膝の両方, 又は, 踵と膝のいずれかを揃えてつけて, 両腕をまっすぐに伸ばして体側につける) でスローラインの端を片手で持ち静止する。溺者役は, クロスバーの救助者側で水中に位置し, スタート前にクロスバーとスローラインの両方を掴み (片手または両手) 立ち泳ぎする。溺者役はクロスバーから手を放さない限り, クロスバーに沿って手をスライドすることができる。

⑥スタートの合図で, 救助者はスローラインを回収し, 溺者役に投げ返し溺者役はそれを掴む。そして救助者役は溺者役がプールの壁にタッチするまで引っ張る。溺者役は指定されたレーン内のクロスバーの前または後においてスローラインを掴むことができる。

⑦審判が音による競技終了の合図を出すまで, 溺者役は指定されたレーンの水中に, 救助者はスローゾーンに残っていなければならない。審判の合図前に水中から上がろうとしたり, プールの縁

に座ったりした場合は失格となる。

- ⑧溺者役は、スローラインが自分のレーン内（空中を含む）にあり、かつクロスバーから手を離さなくても届く場合のみ、スローラインを掴むことができる。ただし、レーンロープは自分のレーンには含まれない。また、溺者役はスローラインを掴むために、水中に潜ってもよい。溺者役は、スローラインを一方の手で掴む前に、クロスバーから他方の手を離してはならない。
- ⑨溺者役は完全に自分のレーンに留まり、クロスバーから手を離さない限り、足その他の身体の一部を使ってスローラインを両手で掴めるように調整してよい。スローラインに到達しようとしてクロスバーを引っ張っても構わない。
- ⑩プールの壁まで引っ張られている間、溺者役は前を向いた状態で、かつ両手でスローラインを掴んでいなければならない。ただし、安全上の理由により、溺者役が壁にタッチするために一方の手をスローラインから放すことは認められる。また、溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せてはならない。
- ⑪溺者役はゴーグルを装着することができる。
- ⑫救助者は、どちらか一方の足（全部）をスローゾーン内に位置しなければならない。救助者が溺者役を引っ張っている間または競技終了の合図の前にスローゾーンから出た場合（両足で判断）、失格となる。
- ⑬救助者は、他の競技者を妨害せず、かつどちらか一方の足（全部）がスローゾーン内に位置していれば、救助者の身体のいかなる部分がスローゾーンのラインに触れるか越えても失格とはならない。また、救助者の足がスローゾーンのプールの壁側を越えても失格とはならない。
- ⑭救助者は、他の競技者を妨害せず、かつどちらか一方の足が（全部）スローゾーン内に位置していれば、スローゾーンの外にあるスローラインを回収することができる。
- ⑮救助者が水中に入った場合や落ちた場合は失格となる。
- ⑯救助者は、制限時間の45秒以内に、スローラインを正しく投げ、溺者役をプールの壁まで引っ張ってこなければならない。投げたスローラインが届かなかったり、決められたレーンの外に落ちた場合、救助者は45秒以内であればスローラインを回収し、何回でも投げ返すことができる。制限時間内に終了できなければ「終了しなかった」（DNF=Did Not Finish）となる。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①溺者役の手がスローラインを掴む前に、クロスバーから離れた場合（DQ51）。
- ②溺者役が自分のレーンの外にあるスローラインを掴んだ場合（DQ54）。
- ③溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、前を向いていなかった場合（DQ55）。
- ④溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、両手でスローラインを掴んでいない場合（壁にタッチするために一方の手をスローラインから放すことは認められる）（DQ56）。
- ⑤溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せた場合（DQ57）。
- ⑥救助者がスタートの合図から競技終了の合図の間に、スローゾーンから出た場合（両足で判断）（DQ52）。
- ⑦溺者役が45秒の競技終了の合図の前に、水中から出た場合（DQ53）。

⑧救助者が投げる練習をした場合（DQ58）。

⑨競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁をタッチしなかった場合（DQ15）。

8. 4 × 25m マネキンリレー (Manikin Relay - 4×25m)

(1) 競技人数

4人

(2) 使用器材

マネキン (水を一杯に入れたマネキン, 主催者が準備する)

(3) コース

スタートとチェンジオーバーゾーンは、次のようにそれぞれ2つの目印(旗など)を置いて示される(スタートゾーンはスタートの壁から5m, チェンジオーバーゾーンはスタートの壁から23mと27mの間および折返しの壁から5m)。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則(水中スタート)に準じる。
- ②第1競技者は、一方の手で水面にマネキンを保持し、もう一方の手でプールの端壁またはスターティンググリップを掴み、水中からスタートする。スタートの合図で、競技者はマネキンを運び、23m地点から27m地点のチェンジオーバーゾーン内で第2競技者に手渡す。
- ③第2競技者はマネキンを運び、折返しの壁にタッチし、第3競技者にマネキンを手渡す。
- ④第2競技者から第3競技者へマネキンを引き継ぐ際、第3競技者は少なくとも一方の手で壁に触れるか、またはスターティンググリップを掴んで待機する。第3競技者は第2競技者が折返しの壁にタッチした後でなければマネキンに触れることができない。
- ⑤第3競技者はマネキンを運び、73m地点から77m地点のチェンジオーバーゾーン内で第4競技者にマネキンを手渡す。
- ⑥第4競技者はマネキンを運び、競技者の身体のいずれかの部分でゴールの壁をタッチすることで競技終了となる。
- ⑦競技者は各自の担当区間が終了した後、各自のレーンのチェンジオーバーゾーンに戻り、競技終了の合図があるまでチェンジオーバーゾーンに留まっていなければならない。さらに、第1競技者と第3競技者はマネキンの引き継ぎに関係しない場合には水面にとどまっていなければならない。
- ⑧マネキンの扱いは、プール競技総則(マネキンの扱い方)に準じる。
- ⑨マネキンの手渡しに参加できるのは、マネキンを運んでいる競技者と、マネキンを受け取る競技者のみである。マネキンを運んでいる競技者は、マネキンの頭頂部がチェンジオーバーゾーン内にある限り、マネキンを受け取る競技者を補助してもよい。
- ⑩競技者は、次の競技者がマネキンを掴むまで、マネキンから手を放してはならない(各競技者は、一方の手がいつもマネキンに触れていなければならない)。

- ⑪競技者は、チェンジオーバーゾーン内でプールの底を蹴ってもよい。
- ⑫スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内では「マネキンを運ぶ（キャリア）場合」の規則は適用されない。スタートゾーンおよびチェンジオーバーゾーン内とは、マネキンの頭頂部がゾーンに入ってからゾーンを越える前までとする。

注意：リレー最後のフィニッシュ付近では「マネキンを運ぶ（キャリア）場合」の規則が適用される。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリア）場合（DQ19）。
- ②マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリアまたはトウ）場合（DQ20）。
- ③マネキンが指定されたチェンジオーバーゾーンの外で受け渡された場合（DQ42）。
- ④第2競技者が折返しの壁にタッチする前に第3競技者がマネキンを受けとった場合（DQ42）。
- ⑤前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。
- ⑥マネキンを運んでいる競技者と次にマネキンを受け取る競技者以外の競技者が、チェンジオーバーのために助力を与えた場合（DQ39）。
- ⑦次の競技者がマネキンを掴む前に、競技者がマネキンを放した場合（一方の手がいつもマネキンに触れていなければならない）（DQ43）。
- ⑧マネキンを確保して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない（DQ17）。
- ⑨折返しの壁または、ゴールの壁にタッチする前にマネキンを放した場合（DQ38）。
- ⑩競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑪1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。

9. 4 × 50m障害物リレー (Obstacle Relay - 4×50m)

(1) 競技人数

4人

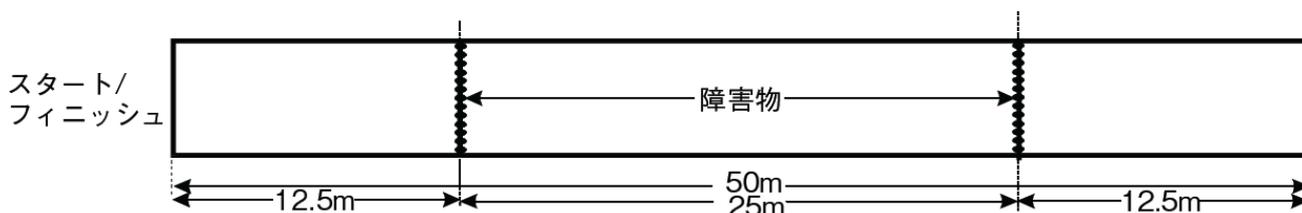
(2) 使用器材

障害物 (主催者が準備する)

(3) コース

用具の位置

障害物は全レーンにまたがってまっすぐな線を描くようにレーンロープと垂直に固定する。最初の障害物はスタートの壁から12.5m地点に設置し、2番目の障害物は逆のサイドから12.5m地点に設置する。2つの障害物の距離は25mとする。



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②第1競技者は、スタートの合図の後、水中の障害物を2回潜りながら50m泳ぐ。
- ③第2競技者から第4競技者まで第1競技者と同じ手順で競技を行なう。
- ④ゴールは第4競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。
- ⑤飛込後、競技者は最初の障害物の前までに、および各障害物の下を潜った後水面に浮上しなければならない。「水面に浮上する」とは競技者の頭が水面に浮上することを意味する。
- ⑥競技者は各障害物の下から水面に浮上する際、プールの底を蹴っても押してもよい。
- ⑦障害物にぶつかっても失格にはならない。
- ⑧第1、第2、第3競技者は、それぞれの区間が終了したら、他の競技者を妨害することなく、直ちに指定されたレーンから退水しなければならない。退水後は、再度プールに入ってはならない。

(5) 失格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①飛び込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合（DQ12）。
- ②障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合（DQ11）。
- ③それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合（DQ13）。
- ④前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。
- ⑤競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑥1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。
- ⑦競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合（DQ50）。

10. 4 × 50mメドレーリレー (Medley Relay - 4×50m)

(1) 競技人数

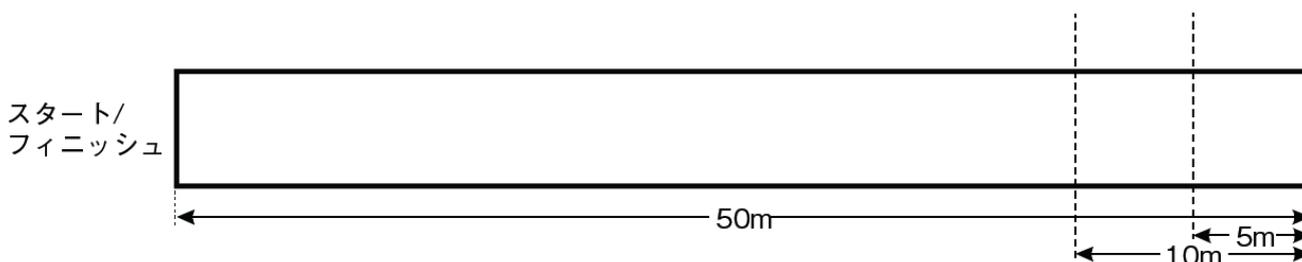
4人

(2) 使用器材

レスキューチューブ、フィン

(レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) コース



(4) 競技の方法

- ①スタートは、プール競技総則（飛込スタート）に準じる。
- ②第1競技者は、スタートの合図の後、フィンをつけずに50m泳ぎ壁にタッチする。
- ③第2競技者はフィンをつけてスタート台からスタートし、50m泳ぎ壁にタッチする。第1競技者と第2競技者は自分のリレー区間を終えたら他の競技者を妨害することなくプールから上がらなければならない。また、上がった後、再度プールに入ってはならない。
- ④第3競技者（溺者役）はフィンなしでレスキューチューブをつけてスタート台からスタートし、レスキューチューブを引いて50m泳ぎ壁にタッチする。レスキューチューブを付けてスタートする場合、レスキューチューブの本体と紐は、競技者の判断で指定されたレーン内に位置させる。ただし、競技者は、レスキューチューブを付けたスタートが安全にできるようにしなければならない。第3競技者がレスキューチューブをつけてスタートするとき、レスキューチューブのクリップはオーリングにかけてはならない。
- ⑤第4競技者はフィンをつけ、少なくとも一方の手で壁に触れるか、またはスターティンググリップを掴んで水中で待機し、第3競技者（溺者役）が壁にタッチした後、レスキューチューブの肩掛けの部分を受け取る。第4競技者は、手、腕、足で壁を蹴っても押してもよい。
- ⑥第4競技者は、レスキューチューブをつけ第3競技者（溺者役）を引っぱって50m泳ぎ、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチする。
- ⑦第3競技者から第4競技者へ引き継ぐ際、第3競技者（溺者役）は、5mラインを越える前にレスキューチューブに触れていなければならない。10mラインを通過する前に、できるだけ速やかにレスキューチューブの紐を十分に伸ばした状態にしなければならない。その後、第3競技者は溺者役となりレスキューチューブを両手で掴んで50m引っ張られる。5mライン又は10mラインを越えたかどうかは第3競技者の頭頂部で判断する。
- ⑧第3競技者（溺者役）は、引っぱられている間、足でキックすることは許されるが、それ以外は救助者に協力してはならない。レスキューチューブの紐が第3競技者（溺者役）のキック力が原因で十分に伸びていない場合、チームは失格とならない。

- ⑨第3競技者（溺者役）は、レスキューチューブの本体を掴まなければならない（紐やクリップの部分を掴んではならない）。第3競技者は引っ張られている間、両手でレスキューチューブに掴まなければならないが、チューブ上で手の位置を変えても失格とはならない。
- ⑩スタート後にフィンを落としてしまった場合は、競技者はフィンを回収するか、またはフィンなしで競技を続けることができる。ただし、再レースを行なうことはできない。

(5) 失 格

総則（共通・プール競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①第3競技者が折返しの壁にタッチする前に第4競技者がレスキューチューブ（肩掛け部分、紐、その他全ての部分を含む）を触った場合（DQ44）。
- ②競技者がレスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合（DQ45）。
- ③第3競技者が腕を動かして協力したり、またはレスキューチューブを両手で掴んでいない場合（DQ47）。
- ④第3競技者が5mラインを越えた後、レスキューチューブの本体を掴まずに紐やクリップを掴んでいる場合（DQ46）。
- ⑤5mラインを越えた後に、第3競技者がレスキューチューブを放してしまった場合（DQ48）。
- ⑥第4競技者が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態で第3競技者を引っ張っていなかった場合（DQ49）。
- ⑦競技者が、はっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合（DQ15）。
- ⑧1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合（DQ40）。
- ⑨競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合（DQ50）。
- ⑩前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合（DQ41）。

プール競技失格コード表

コード No.	失格内容	競技種目
1	総則および種目別の競技規則に違反した場合。	全競技種目
2	チーム、競技者およびハンドラーが、不正行為をした場合。 不正行為とは、下記のような場合等をいう。 ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合 ②他の競技者になりすました場合 ③競技順や位置決め投票／抽選で不正を試みた場合 ④同じ個人種目に2度出場した場合 ⑤他のクラブの競技者として同じ種目に2度出場した場合 ⑥自分が優位になるために故意に他の競技者を妨害した場合 ⑦他の競技者またはハンドラーを押ししたり、進路を妨害した場合 ⑧競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合（口頭またはその他の指示を除く）	全競技種目
3	招集場所での出場確認に遅れた競技者は、競技をスタートすることができない。	全競技種目
4	競技開始時刻に競技者がいなかった場合（A, B 決勝を除く）	全競技種目
5	会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合。	全競技種目
6	競技役員を侮辱（暴言・暴力）した場合。	全競技種目
7	プールの底を蹴りやすくするために、競技者の手や足またはマネキンやレスキューチューブに粘着性のある物（液体・固形・煙霧質）を塗布した場合。	プール競技
8	競技者は競技中プールの底に立ったり、歩いたり、蹴ったりしてはならない（ただし 200m 障害物スイム、4×50m 障害物リレー、4×25m マネキンリレー、およびマネキンを引き上げる場合を除く）。	プール競技
9	競技者はレース終了後、審判員による退水の合図があるまで指定されたレーン内の水中にいなかった場合。	全競技種目
10	競技者はスタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした場合。	全競技種目
11	障害物の上を通過し、ただちに障害物の上または下を戻り、その後下を潜り直さなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー

コード No.	失格内容	競技種目
12	飛び込んだ後または折返した後、障害物の下を潜る前に浮上しなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー
13	それぞれの障害物を潜った後に浮上しなかった場合。	障害物スイム 4×50m 障害物リレー
14	折返しの際、壁にタッチをしなかった場合。	障害物スイム
15	競技者がはっきりと見えるようにゴールの壁にタッチしなかった場合。	全競技種目
16	マネキンを確認する前に水面に浮上しなかった場合。	50m マネキンキャリー
17	マネキンを確認して水面に浮上する際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。ただし、プールの底は含まれない。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー 4×25m マネキンリレー
18	マネキンの頭頂部が5m ラインを越えた時点で、マネキンを正しい状態で確保していなかった場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 200m スーパーライフセーバー
19	マネキンを正しくない方法で運んだ（キャリー）場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 4×25m マネキンリレー 200m スーパーライフセーバー
20	マネキンの顔を下向きで運んだ（キャリーまたはトウ）場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 100m マネキントウ・ウィズフィン 4×25m マネキンリレー 200m スーパーライフセーバー

コード No.	失格内容	競技種目
21	折返しの壁またはゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合。	50m マネキンキャリー 100m レスキューメドレー 100m マネキンキャリー・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
22	折返し後マネキンを引き上げる前に浮上した場合。	100m レスキューメドレー
23	マネキンの頭頂部が 10m ラインを通過する前に、正しい状態でマネキンを確保していない場合。	100m マネキンキャリー・ウィズフィン
24	レスキューチューブをマネキンに巻きつける際、プールの付属品（レーンロープ、階段、排水管、水中ホッケーの備品等）を補助として用いた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
25	マネキン・ハンドラーがマネキンを正しく保持していなかった場合、または競技者が折返しの壁をタッチした後、マネキン・ハンドラーが再度マネキンを触った場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
26	50m/150m 地点で壁にタッチする前にマネキンに触れた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
27	競技者が折返しの壁にタッチした後、マネキン・ハンドラーがただちにマネキンを離さなかった場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
28	マネキン・ハンドラーが、マネキンを競技者の方、またはゴールの壁側へ押した場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
29	マネキン・ハンドラーが競技中故意にプールに入った場合、プールに入り他の競技者を妨害した場合または競技の判定を妨害した場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー

コード No.	失格内容	競技種目
30	競技者が折返しの壁にタッチする前に、レスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
31	レスキューチューブをマネキンに正しくつけない場合（マネキンの両腕の下の周りでない場所や、クリップをオーリングにかけていないなど）。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
32	マネキンの頭頂部が5m ラインを越えるまでに、マネキンの両腕の下に正しくレスキューチューブが固定されていない場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
33	マネキンを引っ張る代わりに押したり、抱えたりした場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
34	マネキンの頭頂部が10m ラインを越えた時点で、レスキューチューブの紐が十分伸ばされていない場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
35	マネキンの頭頂部が10m ラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態でマネキンを引っ張っていない場合（ただし、マネキンを再度固定するために競技者が停止した場合を除く）。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
36	レスキューチューブがマネキンに正しく固定された後、外れた場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
37	レスキューチューブとマネキンが正しい位置にない状態でゴールの壁をタッチした場合。	100m マネキントウ・ウィズフィン 200m スーパーライフセーバー
38	折返しの壁およびゴールの壁にタッチする前にマネキンを離した場合。（この DQ コードは使用しない）	4×25m マネキンリレー
39	マネキンを運んでいる競技者と次にマネキンを受け取る競技者以外の競技者が、チェンジオーバーのために助力を与えた場合。	4×25m マネキンリレー

コード No.	失格内容	競技種目
40	1人の競技者が、2つまたはそれ以上の区間に出場した場合。	4×50m 障害物リレー 4×25m マネキンリレー 4×50m メドレーリレー
41	前の競技者が壁にタッチする前に次の競技者がスタートした場合。	4×50m 障害物リレー 4×25m マネキンリレー 4×50m メドレーリレー
42	マネキンの受け渡し方について。 ①マネキンが指定されたチェンジオーバーゾーンの外で受け渡された場合 ②第2競技者が折返しの壁にタッチする前に第3競技者がマネキンを受けとった場合	4×25m マネキンリレー
43	次の競技者がマネキンを掴む前に、競技者がマネキンを離れた場合（一方の手がいつもマネキンに触れてなければならない）。	4×25m マネキンリレー
44	第3競技者が折返しの壁にタッチする前に第4競技者がレスキューチューブ（肩掛け部分、紐、その他全ての部分を含む）を触った場合。	4×50m メドレーリレー
45	競技者がレスキューチューブのクリップをオーリングにかけた場合。	4×50m メドレーリレー
46	第3競技者が5mラインを越えた後、レスキューチューブの本体を掴まずに紐やクリップを掴んでいる場合。	4×50m メドレーリレー
47	第3競技者が腕を動かして協力したり、またはレスキューチューブを両手で掴んでいない場合。	4×50m メドレーリレー
48	5mラインを越えた後に、第3競技者がレスキューチューブを離してしまった場合。	4×50m メドレーリレー
49	第4競技者が10mラインを越えた後、レスキューチューブの紐が十分に伸ばされた状態で第3競技者を引っ張っていなかった場合。	4×50m メドレーリレー
50	競技者が、自分の区間を終了した後に再度プールに入った場合。	4×50m 障害物リレー 4×50m メドレーリレー
51	溺者役の手がスローラインを掴む前に、クロスバーから離れた場合。	ラインスロー
52	救助者がスタートの合図から競技終了の合図の間に、スローゾーンから出た場合（両足で判断）。	ラインスロー
53	溺者役が45秒の競技終了の合図の前に、水中から出た場合。	ラインスロー

コード No.	失格内容	競技種目
54	溺者役が自分のレーンの外にあるスローラインを掴んだ場合。	ラインスロー
55	溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、前を向いていなかった場合。	ラインスロー
56	溺者役がゴールの壁まで引っ張られている間、両手でスローラインを掴んでいない場合（壁にタッチするために一方の手をスローラインから離すことは認められる）。	ラインスロー
57	溺者役が引っ張られている間、スローラインを手繰り寄せた場合。	ラインスロー
58	救助者が投げる練習をした場合。	ラインスロー
注：45 秒の音による競技終了合図までに溺者役をゴールの壁まで引っ張れなかった場合は、「終了しなかった」（DNF=Did Not Finish）となる。失格（DQ）ではない。		ラインスロー

第4章 オーシャン競技規則

第4章 オーシャン競技規則

第1節 オーシャン競技総則

1. 組み合わせおよびコース

- (1) オーシャン競技において、組み合わせ配置（シード）を行う。
- (2) 全てのコースは、競技運営・審判委員会、チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの判断で決定され、距離を測定し一列に整列するように設置し、可能な限り公平な条件となるようにする。ブイの距離は、干潮時における膝の深さから計測される。コースは、自然条件や安全を考慮し変更されることがある。競技中ブイが移動した場合は調整が必要となることがある。コースが変更された場合は、スタート前に伝えられなければならない（代表者会議、招集場所、スタート時）。
- (3) 競技中、コースに当該種目と関係のないブイが設置されている場合、競技者はそれらのブイの間を通過してもよい。ただし、ブイやロープによって競技者の進路が妨げられたとしても、その責任は競技者にあるものとする。
- (4) 競技者は、競技に出場しないのであれば競技エリアから出なければならない。競技役員も、競技役員に任にあたらなければならないのであれば競技エリアから出なければならない。
- (5) 競技エリアは、ラインやフェンス、又はラインやフェンスの先端から海にまっすぐ伸ばしたラインで囲われた浜の区画、又はチーフレフリーが特定した区画である。

1.1 予選における組み合わせ配置

予選において組み合わせ配置を行うが、最初の予選又はラウンドでは、クラブが同じ（又は、国際大会の場合、国籍が同じ）競技者は可能な限り異なるヒートに組み合わせ配置する。

1.2 準決勝、決勝における組み合わせ配置

予選後の全てのラウンドにおいて組み合わせ配置をする。予選後のラウンド、準々決勝、準決勝、決勝の組み合わせ配置は、直前の予選又はラウンドの結果に基づく。

準決勝、決勝の各レースにおいては、直前のラウンドにて同じ順位で通過した競技者が均一に配置されなければならない。例えば、4ヒートから2つの準決勝に絞られる場合、それぞれの準決勝に1位通過者2人ずつ、2位通過者2人ずつ、3位通過者2人ずつ（以下同様）が配置されるようにする。

（得点を明確にするなどの目的で）必要とあらば、以下の競技でA決勝、B決勝を実施する：レスキューチューブレース、レスキューチューブレスキュー、ビーチスプリント、ビーチリレー、ビーチフラッグス、ボードレスキュー。予選又は準決勝の結果に基づき、上位8位までの競技者がA決勝に割り当てられる。上位9位から16位までの競技者はB決勝に割り当てられる。

A又はB決勝において棄権した又はスタートしなかった（DNS）競技者又はチームは、チーム得点の点数を獲得しない（すなわち、「不参加」の加点は零点である）。

競技者が1人以上又はチームが1チーム以上A決勝を棄権した場合、B決勝から競技者（又はチーム）が繰り上げられ、代替として最大4人（又は4チーム）までの競技者が予選ヒートから繰り上げられる。A決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。代替競技者が足りなくても、招集できた競技者に

よりB決勝を行う。B決勝は再シード（再度、組み合わせ配置）されない。

注意：オーシャン競技においては、棄権した競技者と同じ予選（選考レース）から代替競技者が繰り上がる。

同着について：決勝進出に係る同着が生じた場合、（決勝出場枠について）可能であれば同着の競技者は該当する決勝に進む。決勝の出場枠が足りない場合、決勝出場者を決定するために、同着の競技者間で最終予選を実施する。

1.3 位置決め抽選

予選およびビーチ種目のスタート位置の最初の抽選は主催者／実行委員会が行いチームに通知される。それに続くラウンド（例えば、準々決勝、準決勝、決勝）のスタート位置の抽選は競技役員が行う。

予選のための最初の抽選及び競技者の組み合わせ配置のための抽選を含め、抽選はチーフレフリーが承認した抽選方法で行う。

1.4 スタート位置

サーフ種目のスタート位置又はレーン は、海に向かって左から連続して1, 2, 3, ...とする。ビーチ種目では、海に最も近い位置を1とする。

1.5 競技者数の制限

競技種目	最大競技者数／チーム数
サーフレース	32人
レスキューチューブレース	9人
ランスイムラン	32人
ビーチフラッグス	16人（決勝は8人）
ビーチスプリント	10人
2km（1km）ビーチラン	40人
2×1km ビーチランリレー	40チーム（1チームあたり2人）
サーフスキーレース	16人
ボードレース	16人
オーシャンマン／オーシャンウーマン	16人（勝ち残り方式は18人）
サーフチームレース	10チーム（1チームあたり3人）
レスキューチューブレスキュー	9チーム（1チームあたり4人）
ビーチリレー	10チーム（1チームあたり4人）
サーフスキーリレー	16チーム（1チームあたり3人）
ボードリレー	16チーム（1チームあたり3人）
ボードレスキュー	9チーム（1チームあたり2人）
オーシャンマン／オーシャンウーマンリレー	16チーム（1チームあたり4人）
オーシャンライフセーバーリレー	16チーム（1チームあたり4人）

予選、準々決勝、準決勝、決勝を実施するかどうかはチーフレフリーが決定する。予選または決勝における競技者の推奨最大人数は、上の表の数を超えないものとする。主催者及びチーフレフリーだけが、判定の有効性、環境の条件、安全の配慮及び全競技者への公平性を十分に配慮した上で、当該最大人数の変更を許可できる。

2. 出場確認および招集

- (1) 競技者または代理人は、各競技種目の出場確認の手続きを行わなければならない。指定された時刻までに出場確認を行わなかった場合は、原則として失格となる。
- (2) 競技者は指定された時刻までに招集場所に集合し、審判員の指示により整列する。
- (3) 競技会当日のコンディション等により、チーフレフリーの判断でタイムテーブルが変更されることがある。その場合は公式掲示板に変更後のタイムテーブルが掲示される。

3. スタート

- (1) スタートは、1回制（1スタートルール）とする。
- (2) スタートラインは、次のうちのどれかによって設定される。
 - ①2本のポール間のコード（紐）
 - ②2本のポール間の砂上に引かれたライン
 - ③2本のポール間を結んだ目視ライン、またはスターターが別途設定したライン
- (3) 競技者のつま先はラインの上または後ろでなければならない。しかし、競技者の体の一部はラインを越えてもよい。
- (4) ビーチ種目の場合、競技者の手の指先（スタンディングスタートを除く）、もしくはつま先は、スタートラインの上または後ろでなければならない。
- (5) ボード種目の場合、競技者が抱えるボードの一部がスタートラインを越えてもよいが、ボードをスタートラインに対して90°にしなければならない。または自然現象に適した角度に維持しなければならない。ボードを置く場合、ラインに対して90°で陸側に置かななければならない。
- (6) スキー種目の場合、スキーの船首は目視ラインの上、または後ろでなければならない。スキーはスタートラインに対して90°にしなければならない。または自然現象に適した角度に維持しなければならない。
- (7) スタートの合図は、スターターによるピストル、ホイッスル、エアホーン等で行なわれ、次のような方法が用いられる（ただし、ビーチフラッグスを除く）。
 - ①スターターの「位置について（Take your marks）」の号令によって、競技者はスタートラインの後ろで各自の位置につく。
 - ②スターターの「用意（Set）」の号令によって、競技者はただちに安定したスタートの姿勢をとる。
 - ③全ての競技者が静止した状態になったら、スタートの合図をする。
 - ④全ての競技者は、指定された位置およびコースからスタートしなければならない。指定された位置およびコースからスタートしなかった競技者は失格となる。
 - ⑤サーフ種目において、スタート後、他の競技者を妨害しなければ、競技者は任意に海に入水するコースを決めることができる。

- ⑥サーフ種目において、次に海に入水する競技者は、海から上がってくる競技者の進路を妨害してはならない。進路を妨害した場合は失格となる。

4. 不正スタート

- (1) スターターの「用意 (Set)」の号令で競技者がスタートの姿勢をとった後、且つスタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした競技者またはチームは、不正スタートとして失格となる（ただし、ビーチフラッグスを除く）。失格が宣告される前にスタートの合図がされた場合、競技者を呼び戻し、再スタートを行なう。その際、競技者を呼び戻すための合図は、スタートと同じ合図等を繰り返し行なう。不正スタートにより失格となった競技者は、スタートラインから離脱し競技を継続することができない。
- (2) スターターの合図に従わず、故意にスタートを遅らせた全ての競技者は、不正スタートとなる。
- (3) スターターの最初の合図の後、音やその他の方法によって他の競技者を妨害した場合は失格となる（ただし、ビーチフラッグスの場合は除外となる）。
- (4) 何らかの理由により公平なスタートが行なえなかったとスターターが判断した場合（技術的・用器具的な問題を含む）、競技者は呼び戻され、再スタートが行なわれる。
- (5) 競技者は、スタートの合図の前に、前方へのスタート動作を起こした場合に失格となる。競技者が動いたこと全てが失格となるわけではない。例えば筋肉がピクッと痙攣するなどの意図しない動きは失格にならない。スタートの合図を予想して明らかに前方へのスタート動作を起こした競技者が失格となる（ただし、ビーチフラッグスの場合は除外となる）。
- (6) 1人あるいはそれ以上の競技者が前方へのスタート動作を起こしたか否かの判断は、スターターとチェックスターターによる。一般に、ある競技者のスタート動作が他の競技者の不正スタートにつられて生じた場合は、不正スタートによる失格とはしない。

5. チェンジオーバー

- (1) ビーチリレーを除くリレー種目では、競技者の交代（チェンジオーバー）は次の競技者にタッチすることにより行なわれる。
- (2) 次の競技者へのタッチは、どちらかの手で次の競技者の手もしくは身体の他の部分に見えるように触れなければならない。全てのタッチは見えるために水面より上でされなければならない。タッチされる競技者の足はチェンジオーバーラインの上またはラインの陸側になければならない。
- (3) リレーにおける全ての競技者は、指定された位置およびコースからスタートしなければならない。指定された位置およびコースからスタートしなかったチームは失格となる。

6. レスキューチューブの扱い方

- (1) レスキューチューブは、肩掛け部分の紐の輪を一方の肩から交差させるか、または一方の肩の上に掛けて着用しなければならない。
- (2) レスキューチューブは、溺者役の両腕の下で、クリップをオーリングにかけて正しくつけなければならない。

7. 制限時間

- (1) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの判断により、競技者の競技継続時間に制限時間を

設定することができる。制限時間が設けられる場合は、競技前にチーフレフリーまたはセクショナルレフリーから各競技者に伝えられる。チーフレフリーまたはセクショナルレフリーにより競技者の競技継続時間が制限時間を超えたと判断された場合、その競技者に競技の中止を指示できる。

- (2) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーは、次のラウンドに進む競技者が確定した時、または競技者の技能不足により安全上競技を継続させることが危険と判断した場合、競技者に競技の中止を指示できる。

8. 順位の決定

- (1) オーシャン競技の着順判定は、下記の通り判定される。

①ランでゴールをする種目は、体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない（すなわち、倒れ込んでフィニッシュラインを越えてはいけない）。着順判定は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。

②水中でゴールをする種目は、器材の一部が、フィニッシュライン（水中）を越えた時点で判定される。

- (2) 全ての競技種目は目視で判定される。着順はフィニッシュジャッジにより判定される。同着の場合は同着であると宣告される。

- (3) 審判員は、判定の補助とするためビデオ／電子機器を用いることができる。チーフレフリーは、管理された状況のもとで、競技者またはクラブ代表者がビデオ再生若しくはその他の電子式判定補助具を観ることを許可できる。

注意：レースの結果を正しく決定するためにビデオ又はその他の電子式判定補助具が必要だとみなされた場合、最初の判定結果が最終判定結果だと宣言せず、チーフレフリー／セクショナルレフリー及びチーフジャッジが当該種目の最終着順結果を決定する。

- (4) 同着の場合は、次のように決定される。

①次のラウンドへ進む資格のあるレース（予選、準々決勝、準決勝）で同着となった場合は、チーフレフリーにより決定される。

(ア)同着になった競技者が、次のラウンドへ進む。

(イ)同着になった競技者が、再レースを行なう。

②決勝で同着となった場合は、それぞれが同じ順位となる。

- (5) 競技者が競技規則通りに正しくフィニッシュラインを越えることができなかった場合、競技者は正しく越えるように再度フィニッシュラインを通過することができる。ただし、一度正しくフィニッシュラインを通過した後は、競技が終了したとみなされ、競技中の違反を正すために再度コースに戻ることは認められない。

- (6) チーフレフリーの判断により、着順判定や記録のために競技者にIDタグ（チップ）の着用を指示することがある。競技者はIDタグ（チップ）を指示された場所（例えば、足首や手首、またはクラフトの指定された場所など）に着用しなければならない。その場合、着順は、IDタグ（チップ）がフィニッシュラインを越えた時点で判定される。IDタグ（チップ）による着順判定ができなかった場合、審判員の目視によって行なわれる。

第2節 オーシャン競技種目

1. サーフレース (Surf Race)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

なし

(3) 1レースの最大競技者数

32人

(4) コース

①ブイの位置

ブイは、約120mおよび約170m沖合に配置し、コースは約400mとする。

②スタートライン

スタートラインは、ラインの中間に第1ブイが位置するように、水際から5mの浜に設定する。ラインの長さは約40mで、両端にポールを立てる。

③フィニッシュライン

フィニッシュラインは、ラインの中間に第9ブイが位置するように、水際から約15mの浜に設定する。ラインの長さは約5mで、両端に緑旗を立てる。

(5) 競技の方法

①競技者は浜のスタートラインから海に向かって走り、スイミングブイおよび2つのブイにより設定された400mのコースを左から右に回って浜へ戻り、フィニッシュラインへ向かう。

②競技者は、フィニッシュラインを海側から通過する。

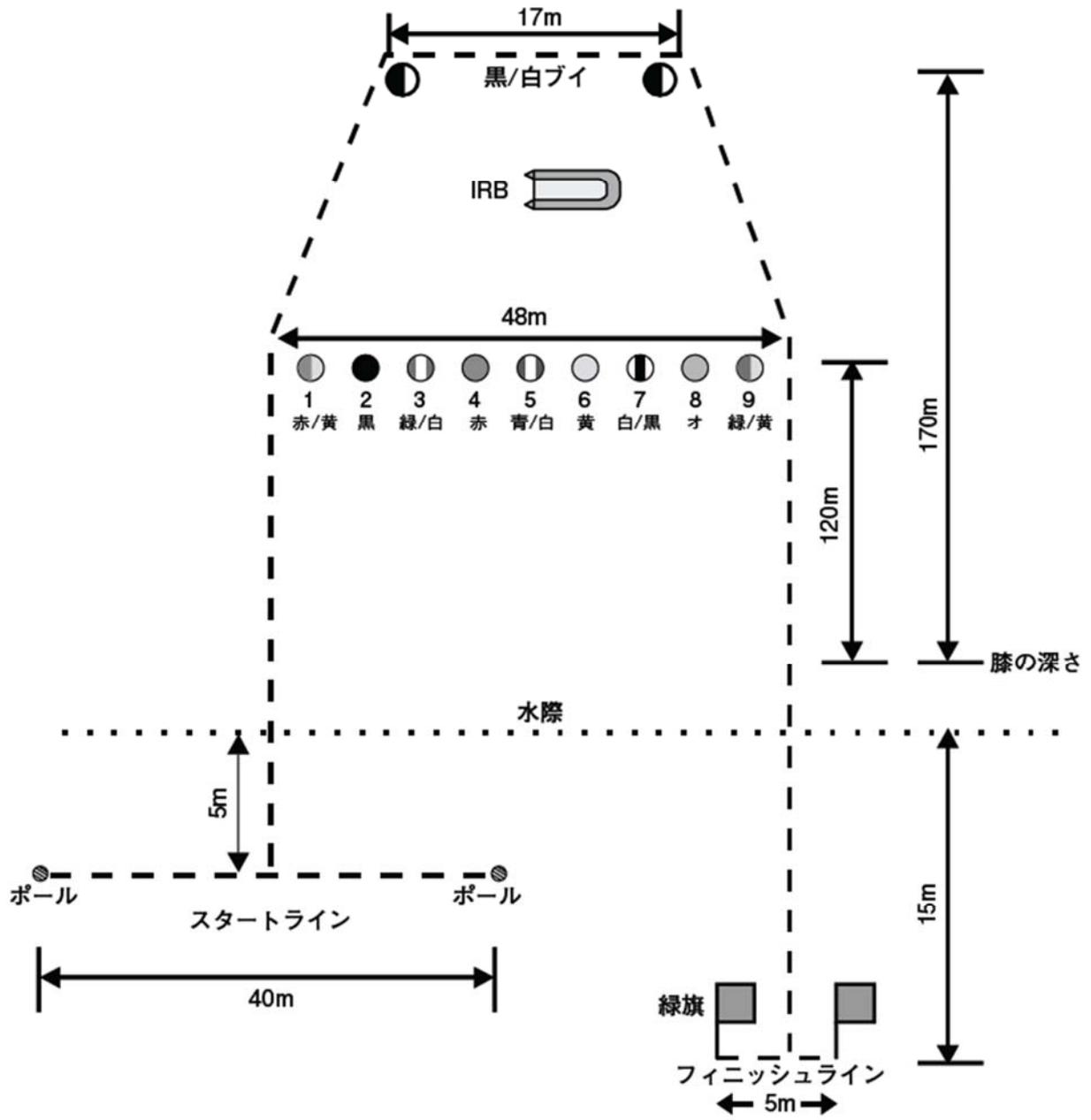
③着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

サーフレース



2. サーフチームレース (Surf Teams Race)

(1) 競技人数

3人

(2) 使用器材

なし

(3) 1レースの最大競技者数

10チーム

(4) コース

サーフレースに準じる。

(5) 競技の方法

①以下を除きサーフレースに準じる。

②招集では、各チーム1人の競技者がコース順に沖に向かって横に並び、他の2人の競技者が同じチームの競技者の後ろに並ぶ。

③招集で並んだ状態の後、海に近い列から順にスタートラインに移動し一列に整列する。

④各競技者の着順は、1位が1点、2位が2点、3位が3点……という得点に換算され、チームの総合得点が最も低いチームからチーム順位をつける。

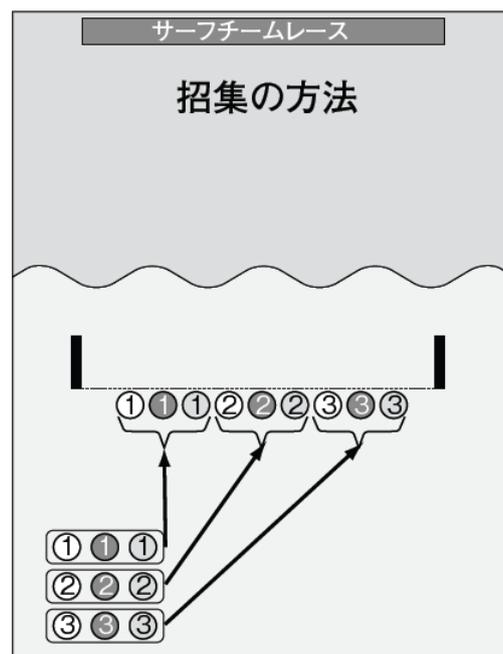
⑤2チーム以上が同点の場合、それらのチーム競技者の中で最も早くゴールした競技者の着順により順位をつける。

⑥競技を終了した競技者全員について獲得順位が記録され、得点が算出される。失格となったチームがある場合は順位が繰り上がり、得点は再計算される。

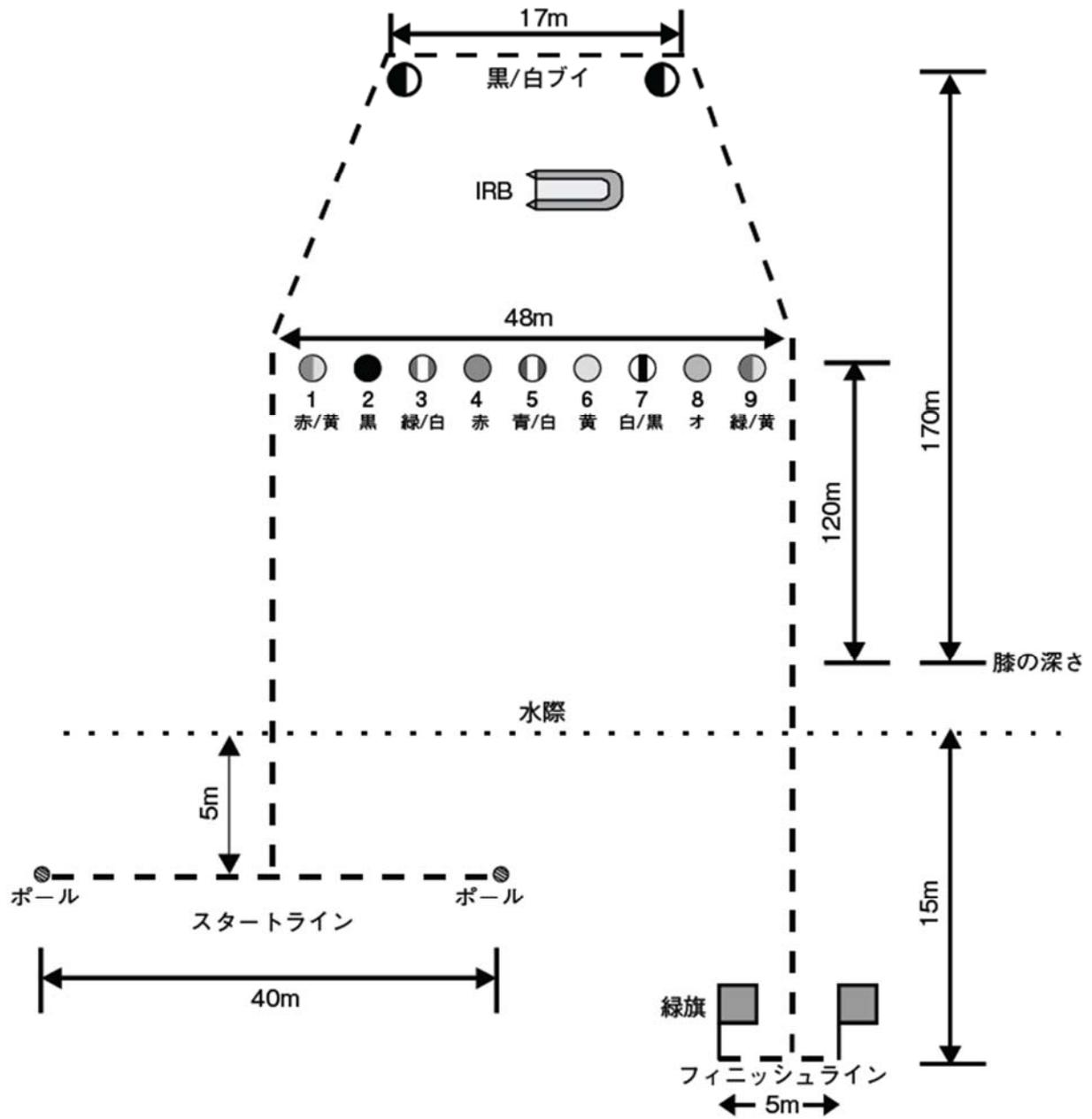
(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。



サーフチームレース



3. レスキューチューブレスキュー (Rescue Tube Rescue)

(1) 競技人数

4人 (救助者1人 アシスタント2人 溺者役1人)

(2) 使用器材

レスキューチューブ, フィン

(レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) 1レースの最大競技者数

9チーム

(4) コース

①ブイの位置

スイミングブイは、約120m沖合に配置し、コースは約240mとする。

②スタート

スタートラインは、ブイと向かい合うように水際に設定する。ラインの長さは約48mで、両端に緑旗を立てる。

③フィニッシュライン

フィニッシュラインは、スタートラインと同じ。

(5) 競技の方法

①4人の競技者は、指定された位置でスタートラインより浜側の位置につく。その際、救助者とレスキューチューブおよびフィンは、スタートラインより浜側にあるようにする。この時、救助者の判断で、レスキューチューブを手を持つ、または／および肩掛け部分を肩にかけることができる。また、救助者は、フィンを手を持つことができるが、スタートラインを越えるまで装着してはならない。

②スターターの合図で、溺者役がスタートし、指定されたブイに泳ぎついたらブイにタッチし、ブイを掴んだ状態でもう一方の手をはっきりわかるように高く挙げ（肘を伸ばす）、ブイ到着の合図をする。ただし、指定されたブイ以外に泳ぎついてブイ到着の合図をしてはならない。合図をした競技者は失格となる。溺者役は、その後ブイより沖側へ移動して待機する。溺者役がブイに触れたことを明確に伝える合図が別にある場合、チーフレフリーの判断により、そちらの方法を採用してもよい。

注意：ここでブイとはブイ本体のことであり、ブイにつながれているロープやストラップ等は含まれない。競技者はブイ到着の合図をする前に、水面より上で視覚的に分かるようブイにタッチせねばならない。

③救助者は、スタート前にスタートラインを越えても失格とならないが、溺者役からの合図を受けたらスタートラインの浜側および指定された位置からスタートし、レスキューチューブとフィンを各自の判断で装着して溺者役に向かって泳ぐ。

④救助者は指定されたブイを左から右へ回り（時計回り）、溺者役の両腕の下にレスキューチューブをつけクリップをオーリングに掛けた状態でフィニッシュラインに向かって泳ぐ。溺者役は、レスキューチューブをつけるときに協力することができる。ただしブイより沖側でなければならない。

⑤フィン は 救助者のみ使用することができる。また、アシスタントはフィンなどの救助器具を使用してはならない。

⑥溺者役は引っ張られている間、水面下では腕で水をかいたり、足でキックを打ったりできる。水面の上に腕を出して泳いではならない。

⑦溺者役は水中で引っ張られている間、うつ伏せになってはならない。

⑧溺者役はゴールするまで歩いたり走ったりしてはならない。

⑨アシスタントは、スタート前にスタートラインを越えてもよいが、救助者が溺者役を救助して浜に向かい始めたら、各アシスタントの判断でスタートラインの浜側および指定されたコースからスタートラインを越えて海に入り救助者の補助をする。溺者役は、海からフィニッシュラインまでドラッグまたはキャリーされなければならないが、その間、足を上げてアシスタントに協力してもよい。

⑩着順は、フィニッシュラインを越える溺者役に接している最初の競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

⑪フィニッシュの際、レスキューチューブを巻いていなくてもよい。

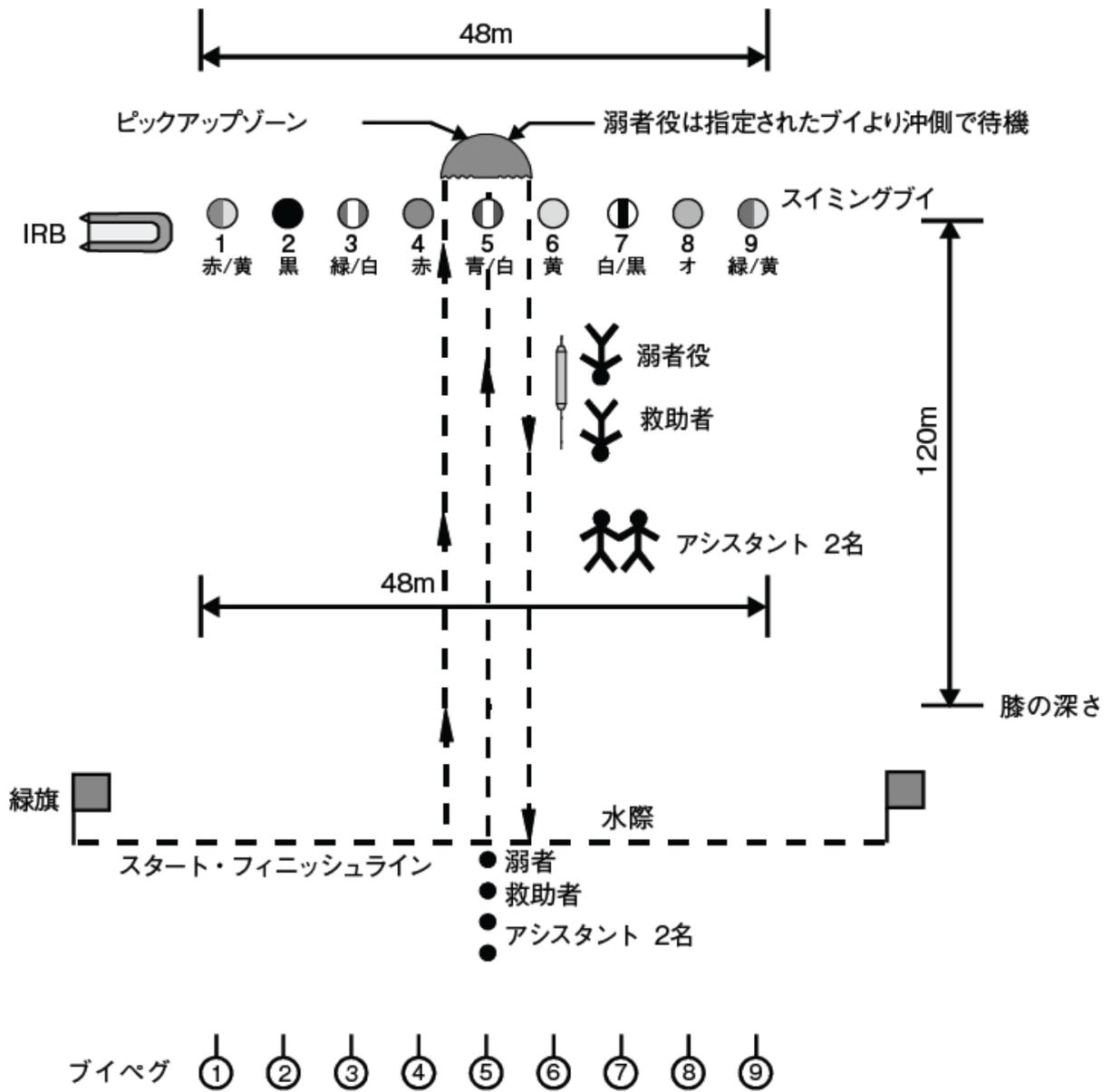
※全ての競技者は、指定された位置からスタートしなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

レスキューチューブレスキュー



4. レスキューチューブレース (Rescue Tube Race)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

レスキューチューブ、フィン

(レスキューチューブは主催者が準備する)

(3) 1レースの最大競技者数

9人

(4) コース

①ブイの位置

レスキューチューブレスキューに準じる。

②スタート・フィニッシュライン

スタートラインは、フィニッシュラインと同じで、水際から約5mの浜に設定し、両端に緑旗を立てる。

(5) 競技の方法

①競技者は、各自の判断でレスキューチューブおよびフィンを、指定されたブイペグに並ぶよう水際から約15mに配置する。

②競技者は、各チームのブイに対面するスタート位置につき浜側を向く。

③スターターの合図でレスキューチューブとフィンが置かれた場所まで走り、各自の判断で装着し、ブイに向かって泳ぐ。

④競技者は、指定されたブイを浜から見て左から右へ回りフィニッシュラインへ向かう。

⑤競技者は、レスキューチューブの肩掛け部分の紐を肩に掛けた状態で、両方のフィンと共にフィニッシュラインを海側から通過する。

⑥着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

注意：

・スタート時、レスキューチューブとフィンは競技者の判断で指定されたブイペグのところに、且つブイペグの海側に配置されなければならない。

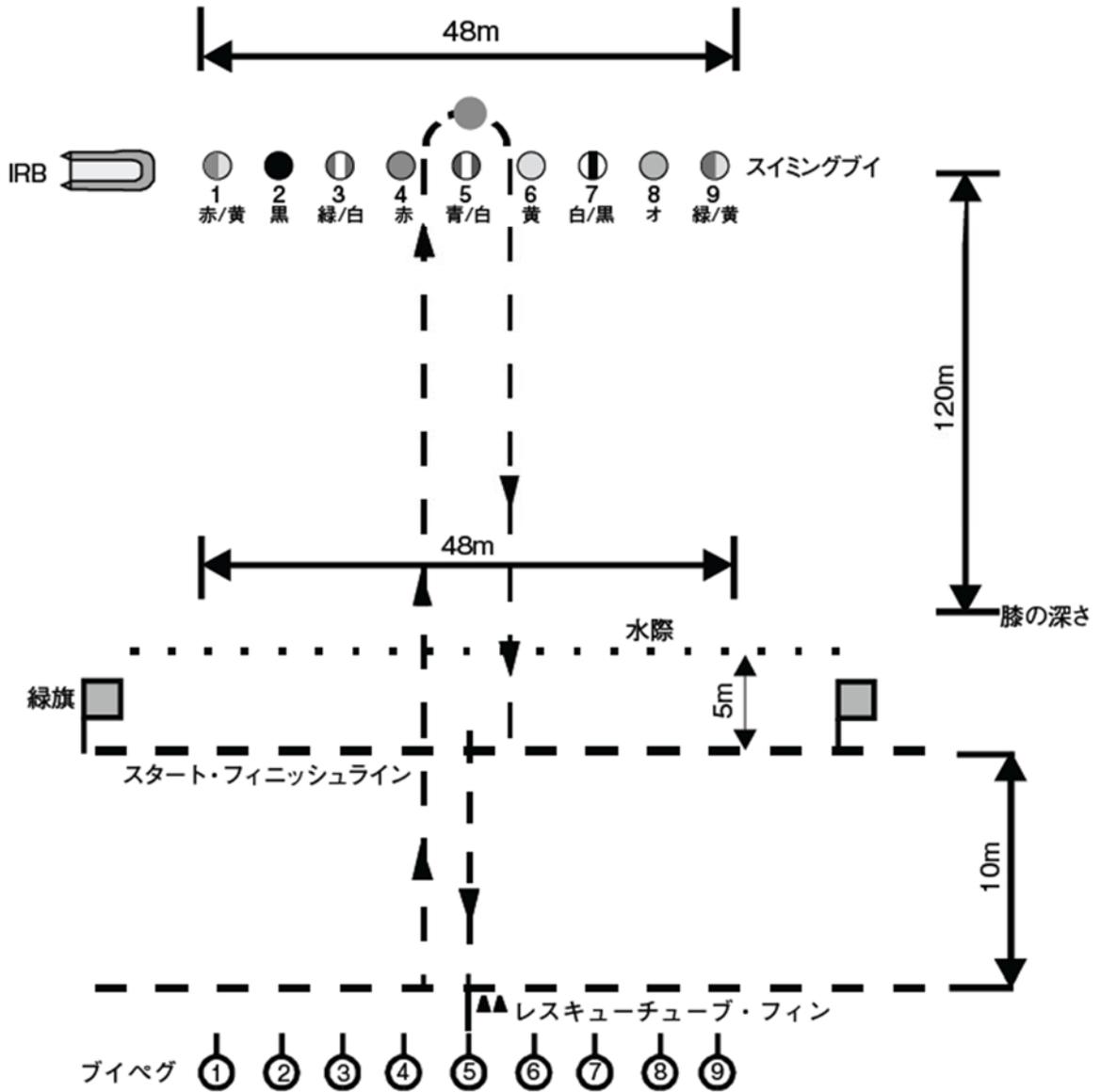
・レスキューチューブは、肩掛け部分の紐の輪を一方の肩から交差させるか、または一方の肩の上に掛けて着用しなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

レスキューチューブレース



5. ランスイムラン (Run-Swim-Run)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

なし

(3) 1レースの最大競技者数

32人

(4) コース

①ブイの位置

以下の図に示すとおり、コースは、約200m走り、約300m泳ぎ、約200m走りゴールするようにする。

②スタート・フィニッシュライン

スタートラインとフィニッシュラインは同じ。ラインの長さは約40mで、両端に緑旗を立てる。

③折返し点

浜を折返す際、折返しの旗は緑／黄旗とする。

(5) 競技の方法

①競技者はスターターの合図で走り始め、折返し旗を回って入水し、スイミングブイを左から右へ回って泳ぐ。

②競技者は浜まで泳いで戻り、折返し旗を走って回り、フィニッシュラインを通過する。

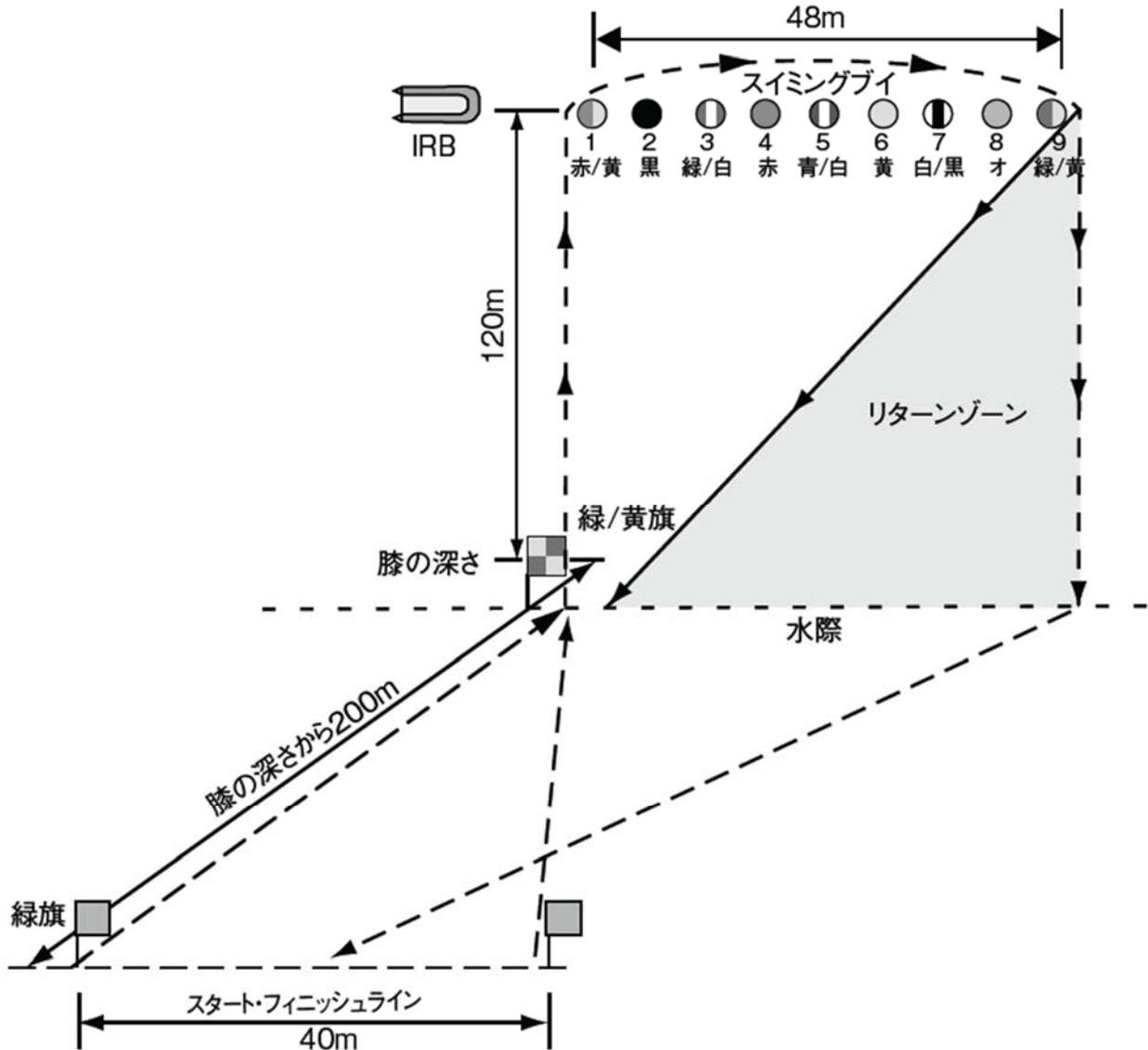
③着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

ランスイムラン



6. ビーチフラッグス (Beach Flags)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

バトン (主催者が準備する)

(3) 1レースの最大競技者数

16人 (決勝は8人)

(4) コース

- ①コースは、スタートラインからバトンまで約20mとし、競技者が最低でも1.5mの間隔で整列できる幅を確保する。
- ②バトンはスタートラインと平行して、一列に配置し、競技者と競技者の間、または等間隔に位置するように立てる。
- ③バトンは砂の上に約2/3が見えるよう、立てた状態に設置する。
- ④スタートライン両端には2mの高さのポールを立てる。

(5) 競技の方法

①スタートの姿勢

(ア)競技者は指定されたコースで、体がスタートラインに対して90°になるようにしてうつ伏せの姿勢になり、両足のつま先をスタートラインに乗せかかまたは、足のいずれかの部分を合わせる。

(イ)指先が手首に触れるように両手を重ね、頭を上げておく。

(ウ)肘と肘を結んだラインが体の正中線に対して90°になるようにし、腰と胃部が砂につく姿勢をとる。

(エ)競技者はスタートエリアの砂をならす、平らにする、押し固めてもよいが、砂を盛り上げる、掘ること、すくうことをしてはならない。また、砂の傾斜を不当に変更してはならない。ただし、うつ伏せになる前に手または足を使ってスタートラインの砂を掘りつま先を埋め込んでも良い。うつ伏せになった後は足を使ってスタートラインの砂を掘りつま先を埋め込んでも良い。

②スタートおよびランスルー

(ア)スターターの長いホイッスルの後、競技者はスタートの準備をする。

(イ)スターターの「コンペティターズ・レディ (Competitors Ready)」の号令で、競技者はスタートの姿勢をとる。

(ウ)スターターの「ヘッズ・ダウン (Heads down)」の号令で、競技者は速やかに顎を両手の上に乗せる。

(エ)全ての競技者が静止した状態になったら、ホイッスルでスタートの合図をする。

(オ)スタートの合図の後、立ち上がり、走ってバトンを取る (ランスルー)。バトンは競技者の数より少なくし、取り損なった競技者は除外される。

③不正スタート

スターターの「コンペティターズ・レディ (Competitors Ready)」の号令で競技者がスタート

の姿勢をとった後およびスタートの合図の前に、次のような動作を起こした場合は不正スタートとして除外される。

(ア)適切な時間内でスターターの号令に従わない場合。

(イ)「ヘッズ・ダウン」の号令の後、スタート合図の前に、体の一部が砂から上がるまたは、スタートの動作を始めた場合。

不正スタートが宣告される前にスタートの合図がされた場合、競技者を呼び戻し、再スタートを行なう。その際、競技者を呼び戻すための合図は、スタートと同じ合図等を繰り返して行なう。不正スタートにより除外となっても、それ以前のレースで獲得した点数または順位は保持できる。ただし、失格の場合、得点または順位を失う。

- ④ランスルーにおいて競技者が失格または除外となった場合、残りの競技者とバトンの位置は再抽選をせずに整列し直す。ランスルーは、公正なスタートを切るまで、不正スタート時の並び順が有効なまま続行される。
- ⑤コース決めの抽選は、次のラウンドに進むまで行なわない。ただし、準決勝、決勝の各ヒートで競技者が8人以下になった場合、各ランスルーの後にコース決めの抽選を行なう。
- ⑥各ランスルーで除外される競技者数は2人を越えないものとする。ただし、準決勝および決勝の場合、ランスルーで除外される競技者は、1人を越えないものとする。
- ⑦2人以上の競技者が同時に1本のバトンを取った場合、かつ審判員がどちらかの競技者が先にバトンを取ったか判定できない場合、掴んだバトンの位置に関係なく、関係競技者間でのランオフを行なう。同様に、バトンが砂の中に消失した場合はランオフを行なう。バトンが砂の中に消失したことが明らかな場合、審判員はバトンが消失したことを合図（ホイッスルまたは口頭で）によって伝え、ランスルーは終了する。
- ⑧各ランスルーとランオフは別々の区分として判定する。ある区分における反則行為が後続の区分に持ち越され、不利になることはない。不正スタートをした競技者、他の競技者の進路を妨害した競技者は除外される（失格とはならない）。
- ⑨競技者は、他の競技者の妨げとならなければ、バトンを掴むため、位置を獲得するために胴体を使ってもよい。他の競技者の前に肩や胴体を割り込ませてもよいが、その位置を確保するために手、腕、足、または脚を使用してはならない。競技者が正当な方法で前方の位置を獲得し、正常な走行をしている場合、後方の競技者は前方の競技者を回りこまなければならない。競技者は、後方にいる競技者の前を横切ってもよい。2人またはそれ以上の競技者に故意の妨害が認められた場合、最初に手、腕、足または脚を使った競技者は除外となる。

ただし、上述に関わらず、もし競技者が規範に違反した場合、またはフェアでない競技を行った場合、その競技者は失格となる。

※「妨害行為」とは、「手、腕、足、または脚を使って他の競技者の進路を妨害すること」である。

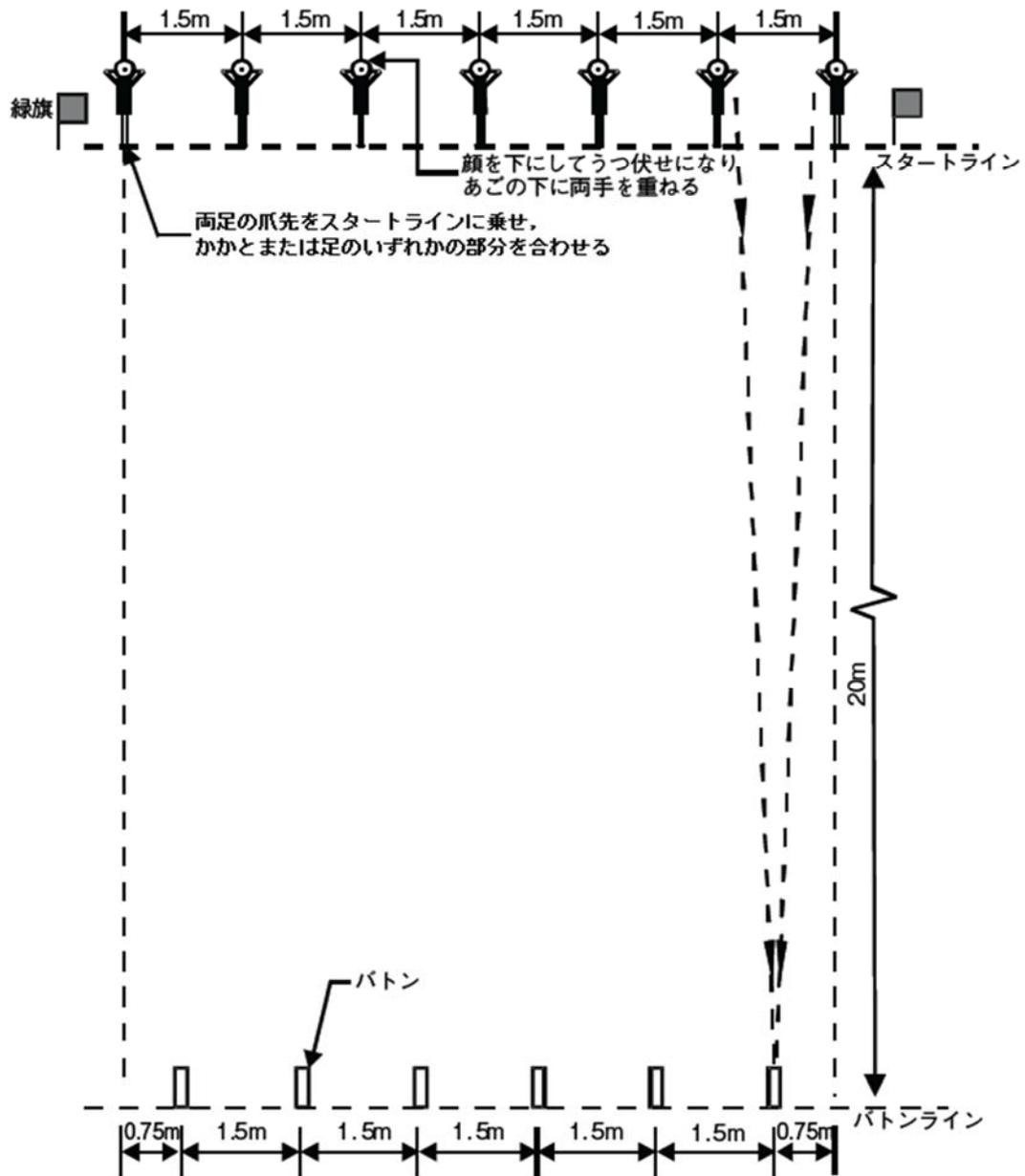
(6) 失格または除外

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は状況および競技別規則に応じて失格または除外となる。

①競技別規則に記載されたとおりに競技を終了できなかった場合（失格の場合はDQ12）。
また、次の行為は失格となる。

②1人の競技者が2本以上のバトンを取った場合、または他の競技者がバトンを取ることを妨げた場合（例えば、バトンの上に横たわったり、見えないように覆うことなど）（DQ11）。

ビーチフラッグス



7. ビーチスプリント (Beach Sprint)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

なし

(3) レースの最大競技者数

10人

(4) コース

- ①コースは、スタートラインからフィニッシュラインまで90mとする。フィニッシュラインの端には、20mのランオフエリア（オーバーラン）を設置する。
- ②全ての競技者にとって同じ距離になるように、コースは長方形の四角形とし、4隅には2mの目立つ色のポールを設置する。
- ③競技者が直線コースを維持できるよう、各レーンはロープで仕切られる。レーンの幅は、可能であれば1.8m、最低でも1.5mとする。この種目には可能であれば10レーン、最低でも8レーンが必要である。
- ④走行レーンが分かるよう、スタートラインの手前およびフィニッシュラインを越えた位置にレーン番号が記されたペグを設置する。
- ⑤招集ラインは、スタートラインの後方5mのところにスタートラインと並行に設置し、高さ2mのポールを置く。

(5) 競技の方法

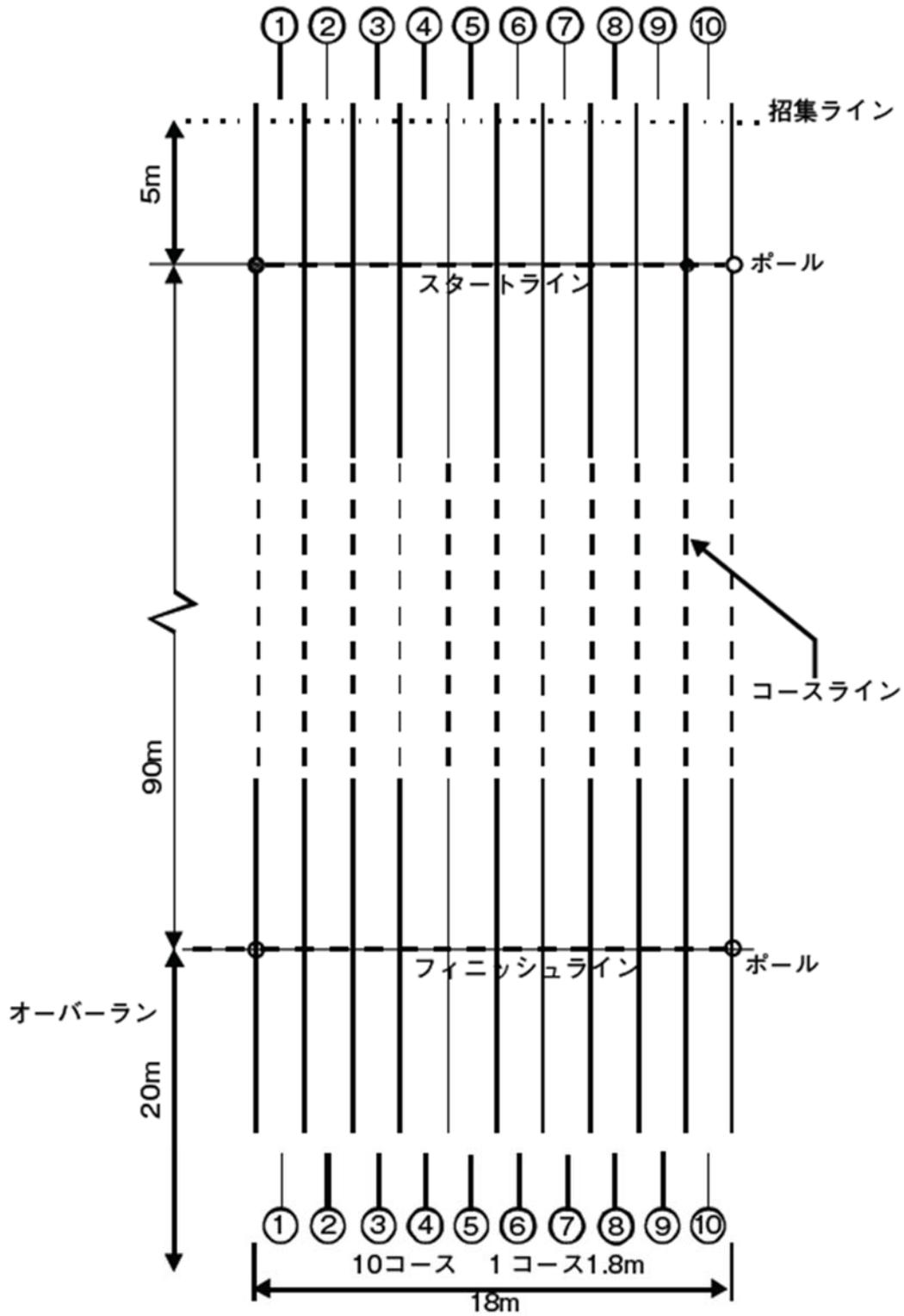
- ①競技者は、指定されたコースで位置につく。着順判定を補助するため競技者は色のついたビブスの着用を求められることがある。スタートの合図でフィニッシュラインまで90mのコースを走る。
- ②スタートの補助のため、砂に穴を掘るか、盛り上げてよい。ただし、砂以外のものを使ってはならない。コース内の砂をならしても、平らにしてもよい。
- ③スタートは、オーシャン競技総則（スタート）に準じる。
- ④着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。
- ⑤競技者はスタートラインからフィニッシュラインまでの距離を他の競技者を妨げないで走り、フィニッシュラインを通過する。
- ⑥競技者はコース全体を通して自分のレーンを逸脱してはならない。

(6) 失格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

ビーチスプリント



8. 2 km（1 km）ビーチラン（Beach Run-2km and 1km）

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

なし

(3) 1レースの最大競技者数

40人

(4) コース

コースは、水際から平行なコースを2つに分けて設置する。

①距離

コースは浜（実用上は軟らかい砂上）の水際に平行な2つの500mレーンとする（図を参照）。チーフレフリーは、立入制限区域で区切られた往復コースを浜に設置することができる。

②スタートラインおよびフィニッシュライン

スタートラインは2本のポール間の砂上に引かれたラインまたは、2本のポール間に張られた識別できる色のコード（紐）とする。フィニッシュラインは2本のポールで示される。チーフレフリーが、スタートラインおよびフィニッシュラインの長さを決定する。

③折返し

スタートから500mのレーン分離線の終端に折返しポールを複数設置し、そこを折返し場所とする。

(5) 競技の方法

①スターターの合図により、競技者はスタートし、コースを2往復（1kmの場合1往復）する。

②スタートはオーシャン競技総則（スタート）に準じる。

③競技者はスタートの合図でコース左側を走り、500m離れた折返し旗を左から右に回り（時計回り）、スタート地点の旗まで500m戻ってくる。スタート地点の旗を左から右に回り（時計回り）、再度折返し地点の旗まで500m走り、折返し地点の旗を左から右に回り（時計回り）、フィニッシュラインまで走ってゴールする。

④着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

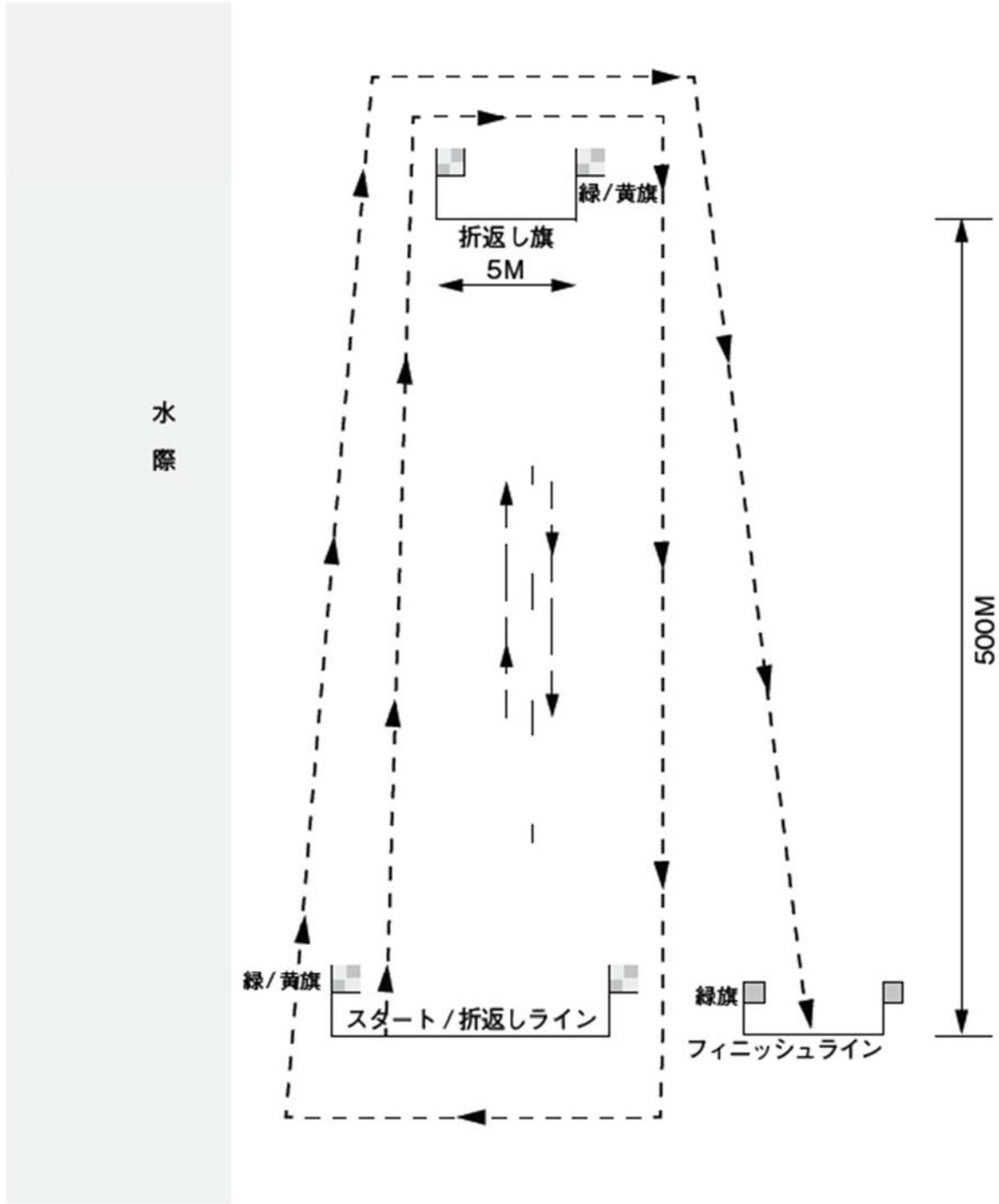
⑤競技者はスタートラインからフィニッシュラインまでの距離を他の競技者を妨げないで走り、フィニッシュラインを通過する。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

2km (1km) ビーチラン



9. 2 × 1 kmビーチランリレー (Beach Run Relay 2×1km)

(1) 競技人数

2人

(2) 使用器材

なし

(3) 1レースの最大競技者数

40チーム

(4) コース

コースは、水際に平行な2つのレーンに分ける。その2つのレーンはカラーコーン、テープ、連続旗、その他の適切な材料により分けられる。

①距離

コースは浜（実用上は軟らかい砂上）の水際に平行な2つの500mレーンとする（図を参照）。チーフレフリーは、立入制限区域で区切られた往復コースを浜に設置することが出来る。

②スタートラインおよびフィニッシュライン

スタートラインは2本のポール間の砂上に引かれたラインまたは、2本のポール間に張られた識別できる色のコード（紐）とする。フィニッシュラインは2本のポールで示される。チーフレフリーが、スタートラインおよびフィニッシュラインの長さを決定する。

③折返し

スタート地点から500mのレーン分離線の終端に折返しポールを複数設置し、そこを折返し場所とする。

④チェンジオーバーゾーン

チェンジオーバーゾーンは、折返しラインの第1と第2折返し旗の間である。

(5) 競技の方法

①競技者一人当たり、2区間からなる1kmを走る。

②スタートはオーシャン競技規則（スタート）に準じる。

③競技者はスタートの合図でコース左側を走り、500m離れた折返し旗を左から右に回り（時計回り）、折返しの旗まで500m走り戻る。

④第1競技者は最初の折返し旗を左から右に回り（時計回り）、指定されたコースを戻りチェンジオーバーゾーンで待機する第2競技者にタッチする。

⑤第2競技者へのタッチは、チェンジオーバーゾーンにある1本目の折返し旗と2本目の折返し旗の間で行ない、第2競技者が2本目の折返し旗を回る前に行なわなければならない。

⑥着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

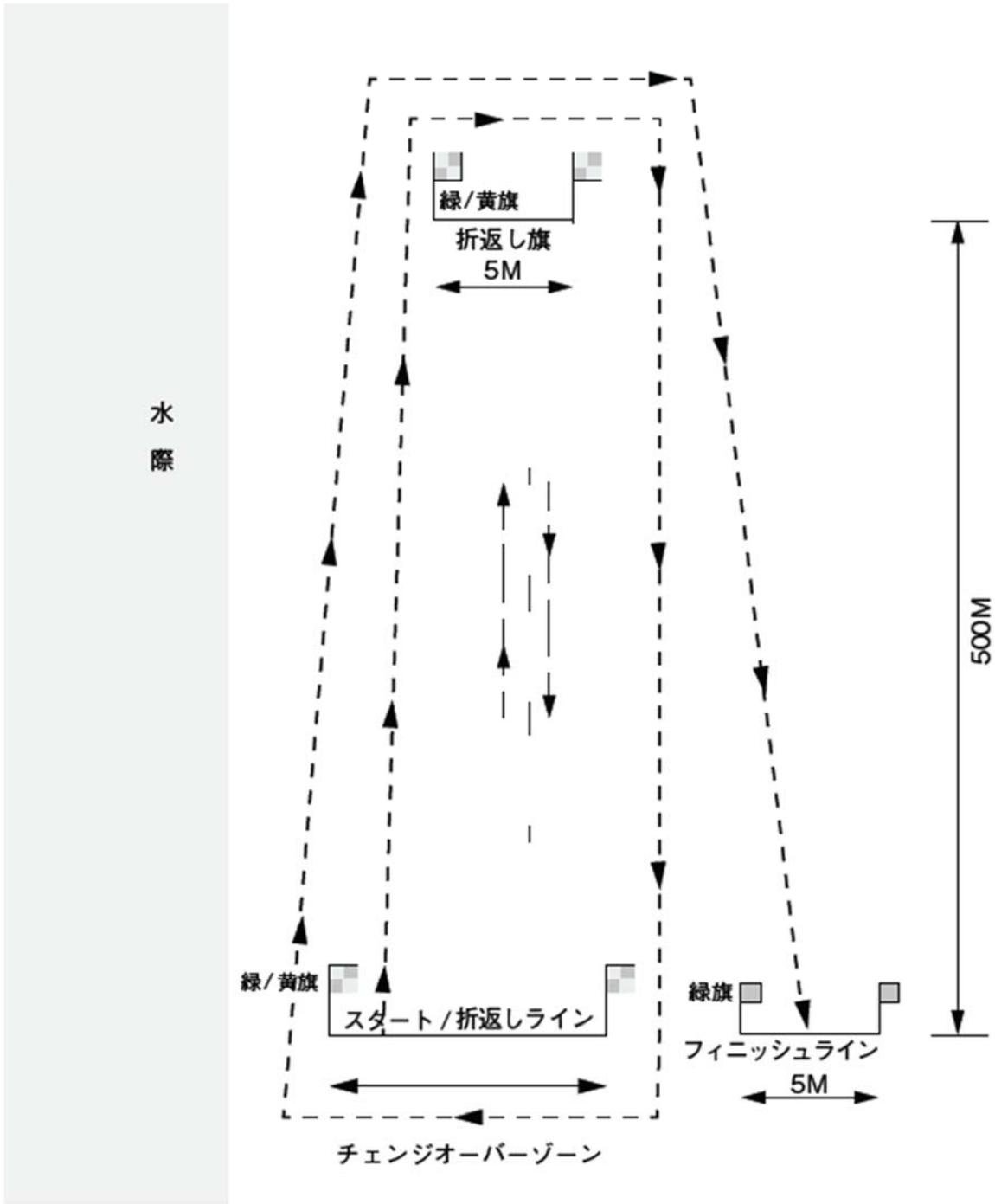
⑦競技者はスタートラインからフィニッシュラインまでの間、他の競技者の進路を妨害するために故意にぶつかったり、妨げてはならない。

(6) 失格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

2×1km ビーチランリレー



10. ビーチリレー (Beach Relay)

(1) 競技人数

4人

(2) 使用器材

バトン (主催者が準備する)

(3) 1レースの最大競技者数

10チーム

(4) コース

両端に20mのランオフエリア (オーバーラン) を設置する。その他はビーチスプリントに準じる。

(5) 競技の方法

①以下を除きビーチスプリントに準じる。

②競技者は、どちらか一方の手でバトンを持ってコースの1区間を走り、バトンを次の競技者に渡し4人で4区間をリレーする。競技者は、体を起こした状態で区間を終了するものとする。

③バトンの引継ぎ

(ア)バトンの引継ぎの際、バトンを受け取る競技者は助走をしてもよい。ただし、バトンを受け取る前に競技者の体や手の一部でもチェンジオーバーラインから出てはならない。

(イ)バトンを渡す競技者は、バトンを次の競技者のチェンジオーバーラインまで運ばなくてはならない。ただし、バトンを次の競技者に投げて渡してはならない。

(ウ)バトンの引継ぎの際にバトンを落とした時は、受け取る側の競技者がバトンを拾い、そのままレースを続ける。ただし、他の競技者の妨害をしてはならない。

④バトンを引継ぎの場合以外で落とした時は、落とした競技者がバトンを拾いそのまま走り続けてよい。ただし、他の競技者の妨害をしてはならない。

⑤各競技者は、体を起こした状態でバトンの引継ぎを行わなければならない。

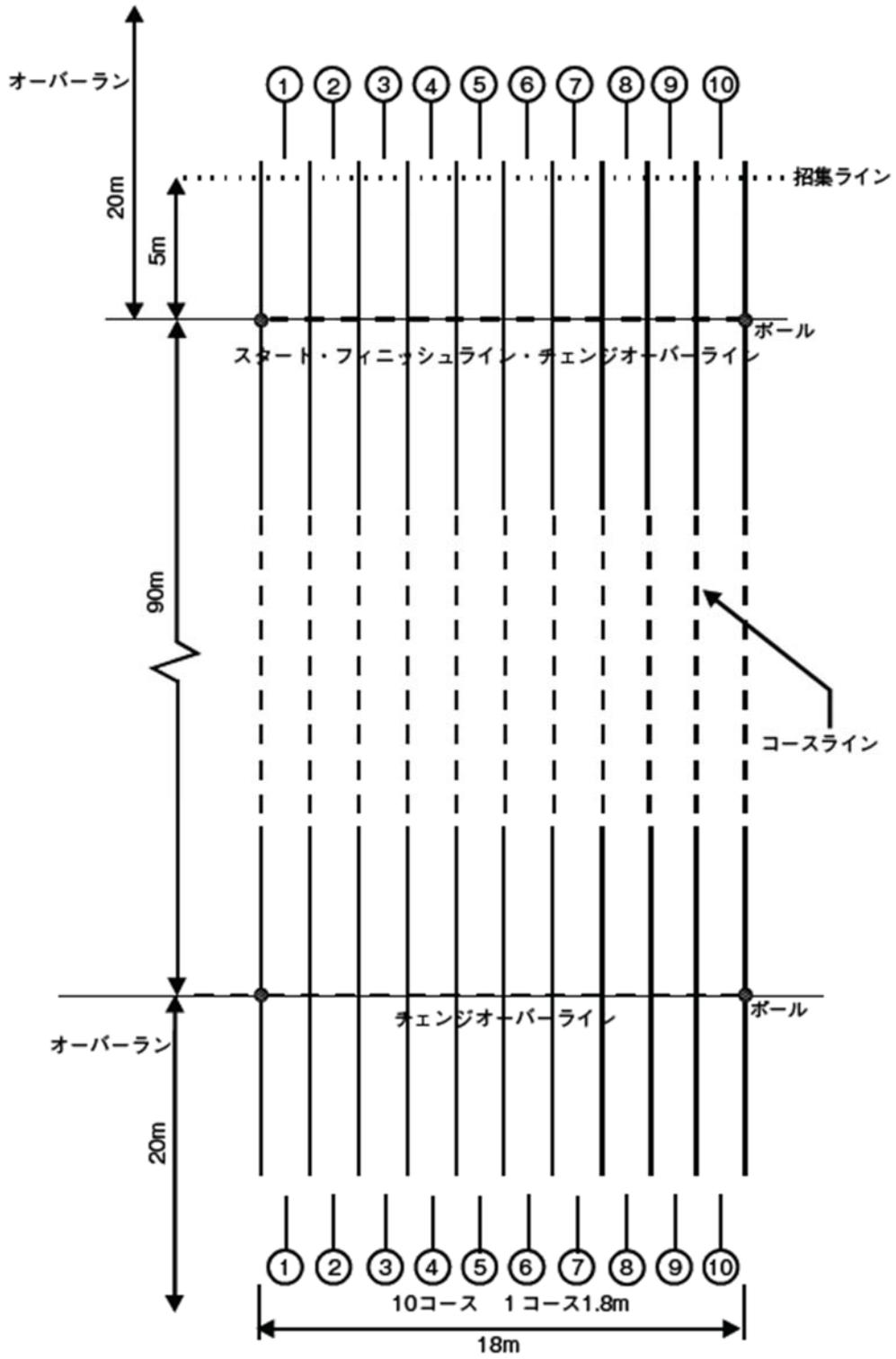
⑥着順は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。第4競技者はバトンを持って体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

(6) 失 格

総則 (共通・オーシャン競技総則) の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合 (DQ12) 。

ビーチリレー



11. サーフスキーレース (Surf Ski Race)

(1) 競技人数

競技者1人

(ドライフィニッシュの場合、ハンドラーが必要)

(2) 使用器材

サーフスキー、パドル

(3) 1レースの最大競技者数

16人

(4) コース

①ブイの位置

2個のブイを約300m沖合に約75m間隔で配置する。もう1個のブイは、2個のブイから約16m沖合の2個のブイの中間に配置し、3個のブイで三角形をつくる。

②スタートライン

スタートラインは、明確に設置しなくてもよいが必要があれば、水深が膝の位置を基準とし、第1ブイがラインの中央に位置するように必要に応じて2本のポールを立てる。

③フィニッシュライン

フィニッシュラインは、ラインの中間に第3ブイが位置するように水中に設定する。ラインの長さは約35mで、両端にオレンジ旗を立てる。

(5) 競技の方法

①競技者は、サーフスキーおよびパドルと共に膝の深さ程度に入水し、サーフスキーを保持しスタート位置につく。各サーフスキーは、約1.5mの間隔をとる。競技者はスタートでのサーフスキーの並べ方についてスターター又はチェックスターターの指示に従わなければならない。

②スタートは競技者の中間が第1ブイと向かい合うように位置する。

③スターターの合図で、競技者はサーフスキーをパドルで漕いで、指定されたブイを左から右へ回って浜へ戻る。

④ゴールは競技者がサーフスキーおよびパドルと共にフィニッシュライン（水中）を海側から通過する。

⑤着順は、サーフスキーの一部がフィニッシュライン（水中）を越えた時点で判定される。

⑥競技者は、サーフスキーまたはパドルから離れたり操作できなくなっても、再度それらを確保できれば失格にはならない。

⑦競技者は、他の競技者のサーフスキーを掴んだり、故意に進路を妨害してはならない。

⑧競技中、サーフスキーまたはパドルの交換が必要な場合は、スタートラインから再スタートすれば交換することができる。交換する場合、ハンドラーとして同一チームの競技者が別のサーフスキーまたはパドルを水際まで運ぶことは認められる。ハンドラーは共通競技総則に準じる。

⑨ドライスタートおよびドライフィニッシュ

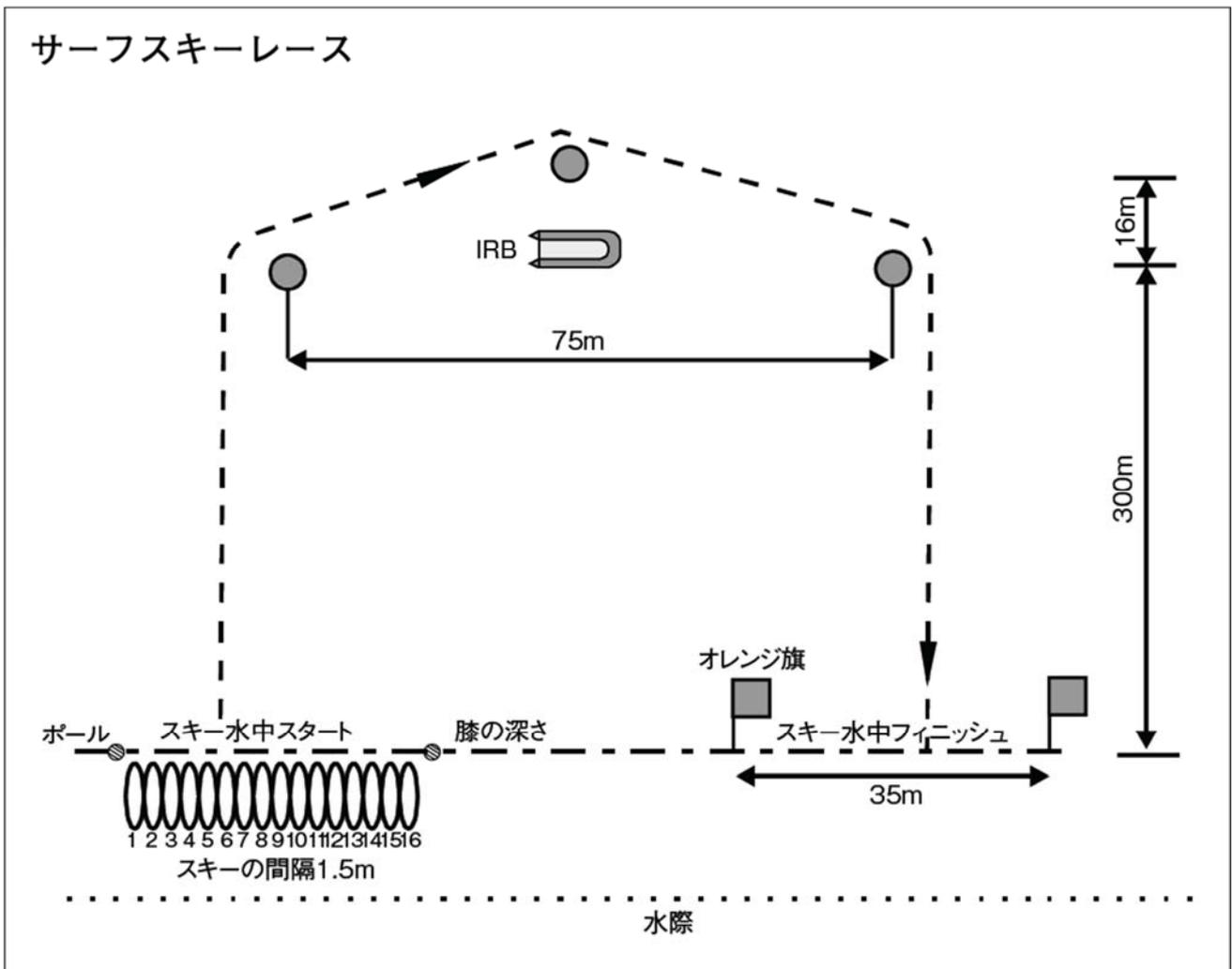
チーフレフリーまたはセクショナルレフリーが公平なスタートおよび／またはフィニッシュが行なえないと判断した場合、以下のようなドライスタートおよび／またはドライフィニッシュにより行なわれる。

- (ア) ドライスタートは、ボードレースに準じる。
- (イ) ドライフィニッシュラインは、水際から約15mの浜に設定する。ラインの長さは約20mで、両端にコースブイと同じ色の旗を立てる。
- (ウ) 競技者は、サーフスキーまたはパドルから離れたり操作できなくなっても、再度それらを確保し操作できれば失格にはならない。ただし、最終ブイを回るまではサーフスキーに乗ってパドルで漕いでいなければならない。最終ブイを回った後は、サーフスキーまたはパドルから離れたままでも競技を継続することができる。
- (エ) 競技者がゴールする際は、サーフスキーおよびパドルは必要ない。
- (オ) ゴールは競技者が、フィニッシュラインを海側から通過する。
- (カ) 着順は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。キHANDラーは、サーフスキーやパドルをコースから回収することができる。
HANDラーは共通競技総則に準じる。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ① 規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。



12. サーフスキーリレー (Surf Ski Relay)

(1) 競技人数

競技者3人, ハンドラー

(2) 使用器材

サーフスキー, パドル (チーム内で同じ器材を用いてもよい)

(3) 1レースの最大競技者数

16チーム

(4) コース

① ブイの位置

2個のブイを約250m沖合に約75m間隔で配置する。もう1個のブイは、2個のブイから約16m沖合の2個のブイの間に配置し、3個のブイで三角形をつくる。

② 折返し点

浜の折返し旗2本を水際から約20mの浜に立てる。

③ スタートライン

スタートラインは、明確に設置しなくてもよいが、必要があれば水深が膝の位置を基準とし、ラインの間に第1ブイが位置するように必要に応じて2本のポールを立てる。

④ チェンジオーバーライン

チェンジオーバーラインはスタートラインと同じ水中に位置する。

⑤ フィニッシュライン

水際に対して垂直で、第2折返し旗 (緑/黄旗) から約14mに設定する。ラインの長さは約5mで、両端に緑旗を立てる。

(5) 競技の方法

① サーフスキーリレーは基本的にサーフスキーレースの競技規則に準じて行う。競技者はスタート時のサーフスキーの並べ方について、スターターまたはチェックスターターの指示に従わなければならない。

② 第1競技者は、サーフスキーとパドルを残し、2本の折返し旗を回って、チェンジオーバーラインで待機している第2競技者にタッチする。

③ 第2競技者は、第1競技者と同じコースをとり、チェンジオーバーラインで待機している第3競技者にタッチする。

④ 第3競技者は、第1、第2競技者と同様のコースをとり、第1折返し旗を回り、第2折返し旗の陸側を通過し、2本のフィニッシュ旗の間を越えて終了する。

⑤ 競技者は、サーフスキーまたはパドルから離れたり操作できなくなっても、再度それらを確保し操作できれば失格にはならない。ただし、最終ブイを回るまではサーフスキーに乗ってパドルで漕いでいなければならない。最終ブイを回った後は、サーフスキーまたはパドルから離れたままでも競技を継続することができる。

⑥ ハンドラーは共通競技総則に準じる。

⑦ 全ての競技者のスタート位置は、次のように指定された位置とする。第1および第3競技者は、抽選によって決定した以下のコースとする。

第1および第3競技者のスタート位置	1	2	3	・・・	14	15	16
第2競技者のスタート位置	16	15	14	・・・	3	2	1

それに対して、第2競技者は、第1および第3競技者のコースの左右を入れ替える。例えば、16チームが参加するレースで、抽選により1コースと指定された場合、第1競技者は1の位置からスタート、第2競技者は16の位置からスタート、第3競技者は1の位置からスタートとなる。

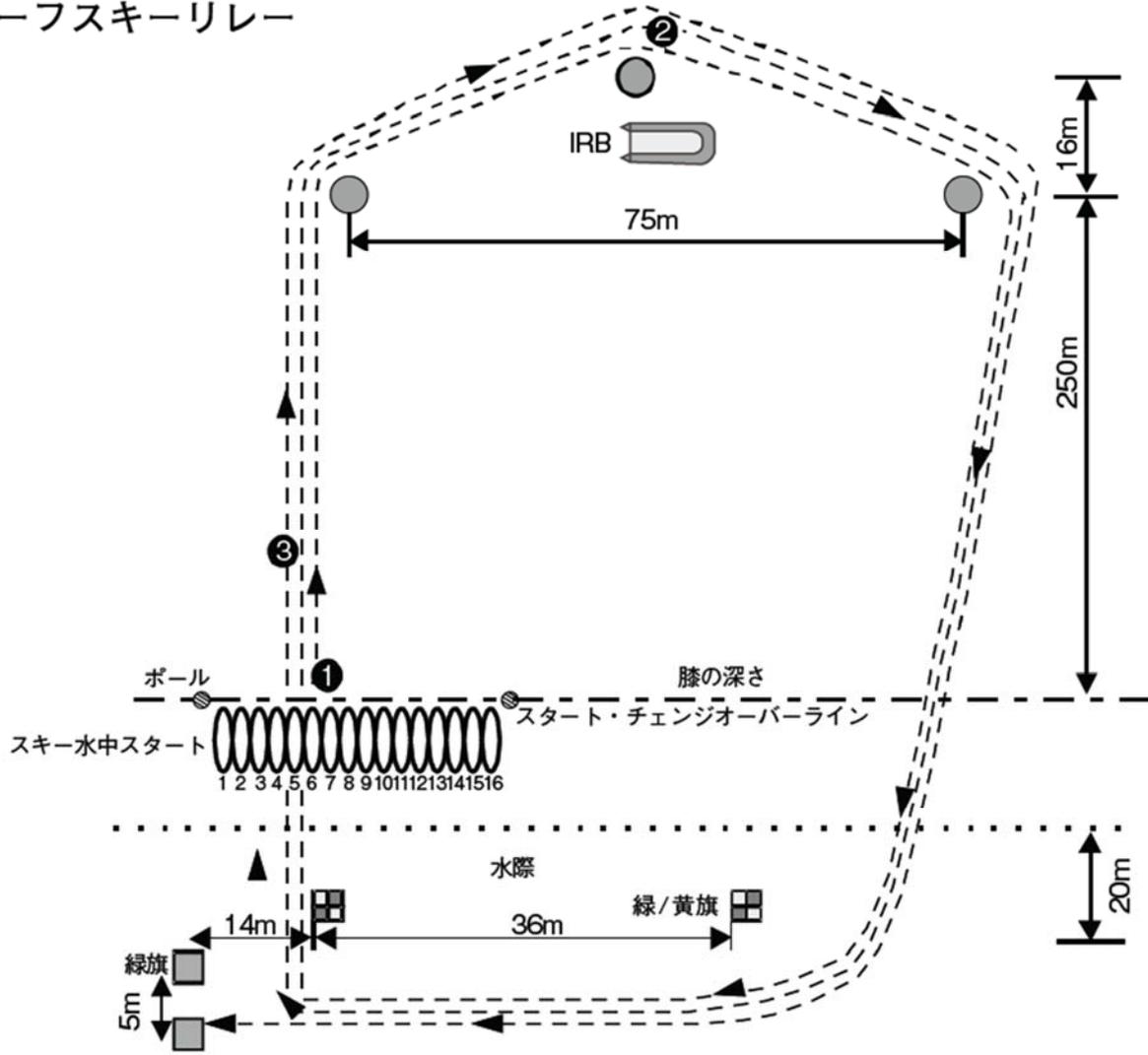
- ⑧競技者は、他の競技者のサーフスキーを掴んだり、故意に進路を妨害してはならない。
- ⑨ハンドラーまたは同じチームのメンバー（本競技に出場している競技者）は競技中、同じチームのサーフスキーやパドルが、他のチームまたは競技者の進路を妨害しないように配慮しなければならない。浜の混雑とスキー損傷を回避するため、スキーは可能な限り速やかに水際から回収しなければならない。
- ⑩同じクラブから複数のチームが出場する場合、各チームは識別ができる数字や文字を上衣またはキャップにいれるか腕や脚に書くこと。
- ⑪着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は、体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

サーフスキーリレー



13. ボードレース (Board Race)

(1) 競技人数

1人

(2) 使用器材

ボード

(3) 1レースの最大競技者数

16人

(4) コース

①ブイの位置

2個のブイを約250m沖合に約75m間隔で配置する。もう1個のブイは、2個のブイから約16m沖合の2個のブイの間に配置し、3個のブイで三角形をつくる。

②スタートライン

スタートラインは、第1ブイがラインの中央に位置するように設置し、水際から約5mの浜に設定する。ラインの長さは約30mで、両端にポールを立てる。

③フィニッシュライン

フィニッシュラインは、ラインの間に第3ブイが位置するように水際から約15mに設定する。ラインの長さは約20mで、両端にコースブイと同じ色の旗を立てる。

(5) 競技の方法

①競技者は、ボードを保持しスタート位置につく。各競技者間は、約1.5mの間隔をとる。

②スターターの合図で、競技者はボードを漕いで指定されたブイを左から右へ回って浜に戻る。

③ゴールは競技者がボードと共にフィニッシュラインを海側から通過する。

④着順は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者はボードを保持し、体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

⑤競技者は、ボードから離れたり操作できなくなっても、再度それらを確保できれば失格にはならない。

⑥競技者は、他の競技者のボードを掴んだり、故意に進路を妨害してはならない。

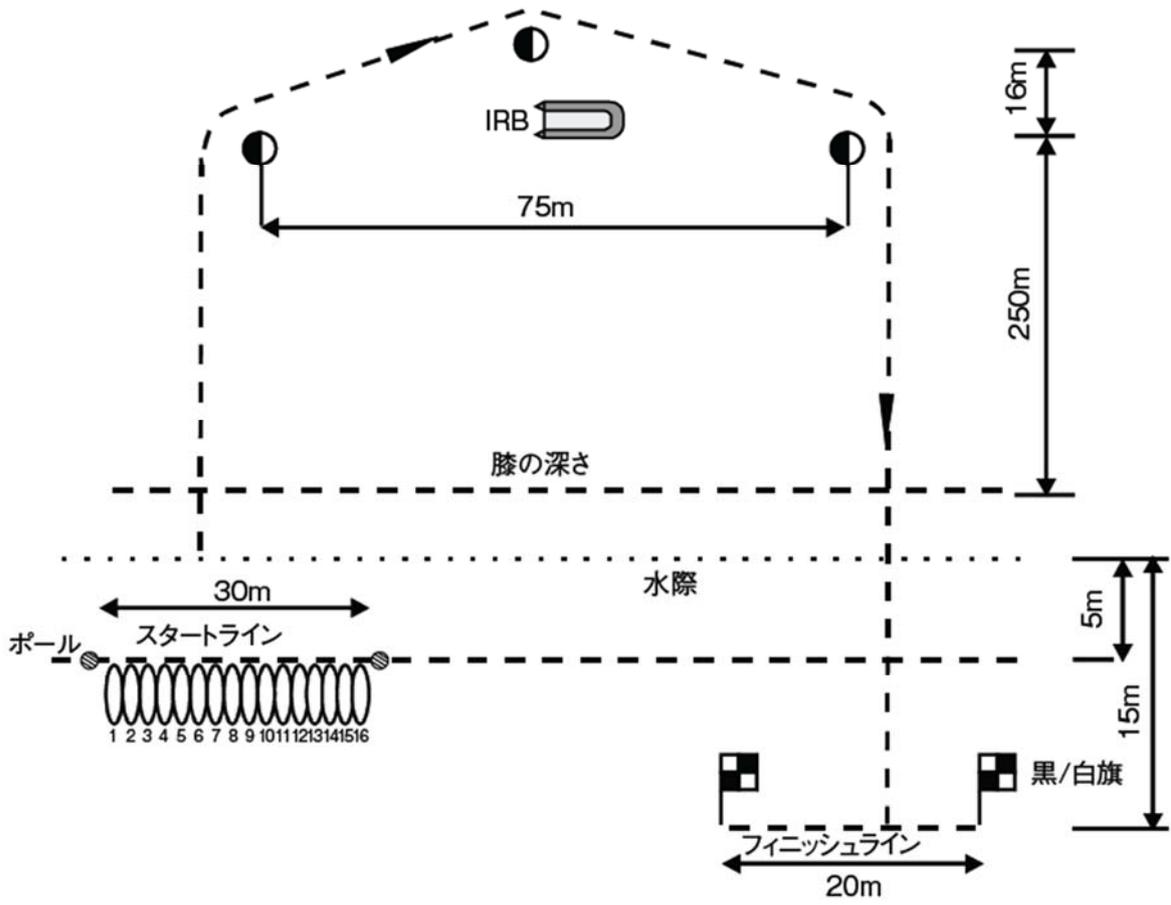
⑦競技中、ボードの交換が必要な場合は、スタートラインから再スタートすれば交換することができる。ただし、他の競技者の進路を妨害してはならない。また、交換する場合、ハンドラーとして同じチームの競技者が別のボードをスタートラインまで運ぶことは認められる。ハンドラーは共通競技総則に準じる。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

ボードレース



14. ボードリレー (Board Relay)

(1) 競技人数

競技者3人, ハンドラー

(2) 使用器材

ボード (チーム内で同じボードを用いてもよい)

(3) 1レースの最大競技者数

16チーム

(4) コース

①ブイの位置

2個のブイを約250m沖合に約75m間隔で配置する。もう1個のブイは、2個のブイから約16m沖合の2個のブイの間に配置し、3個のブイで三角形をつくる。

②折返し点

浜の折返し旗2本を水際から約20mの浜に立てる。

③スタートライン

スタートラインは、ラインの中心が第1ブイと向かい合うように水際から約5mの浜に設定する。ラインの長さは約30mで、両端にポールを立てる。

④チェンジオーバーライン

チェンジオーバーラインはスタートラインと同じ。

⑤フィニッシュライン

水際に対して垂直で、第2折返し旗 (緑/黄旗) から約14mに設定する。ラインの長さは約5mで、両端に緑旗を立てる。

(5) 競技の方法

①以下を除きボードレースに準じる。

②第1競技者は、ボードレースと同様の手順でスタートし、ブイで指定されたコースを回る。次に、ボードを残し (残す場所はブイを回った後ならどこでもよい) 2本の折返し旗を回って、チェンジオーバーラインで待機している第2競技者にタッチする。

③第2競技者は、第1競技者と同じコースをとり、チェンジオーバーラインで待機している第3競技者にタッチする。

④第3競技者は、第1、第2競技者と同じコースをとり、第1折返し旗を回り、第2折返し旗の陸側を通過し、2本のフィニッシュ旗の間を通過する。

ここで、第2、第3競技者はチェンジオーバーラインの上、又は陸側で待機するが、タッチされた後、チェンジオーバーラインを越えずに入水しても良い。

⑤競技者は、ボードから離れたり操作できなくなっても、再度ボードを確保し操作できれば失格にはならない。ただし、最終ブイを回るまではボードを漕いでいなければならない。最終ブイを回った後は、ボードから離れたままでも競技を継続することができる。

⑥ハンドラーは共通競技総則に準じる。

⑦全ての競技者のスタート位置は、次のように指定された位置とする。第1および第3競技者は、抽選によって決定した以下のコースとする。

第1および第3競技者のスタート位置	1	2	3	・・・	14	15	16
第2競技者のスタート位置	16	15	14	・・・	3	2	1

それに対して、第2競技者は、第1および第3競技者のコースの左右を入れ替える。例えば、16チームが参加するレースで、抽選により1コースと指定された場合、第1競技者は1の位置からスタート、第2競技者は16の位置からスタート、第3競技者は1の位置からスタートとなる。

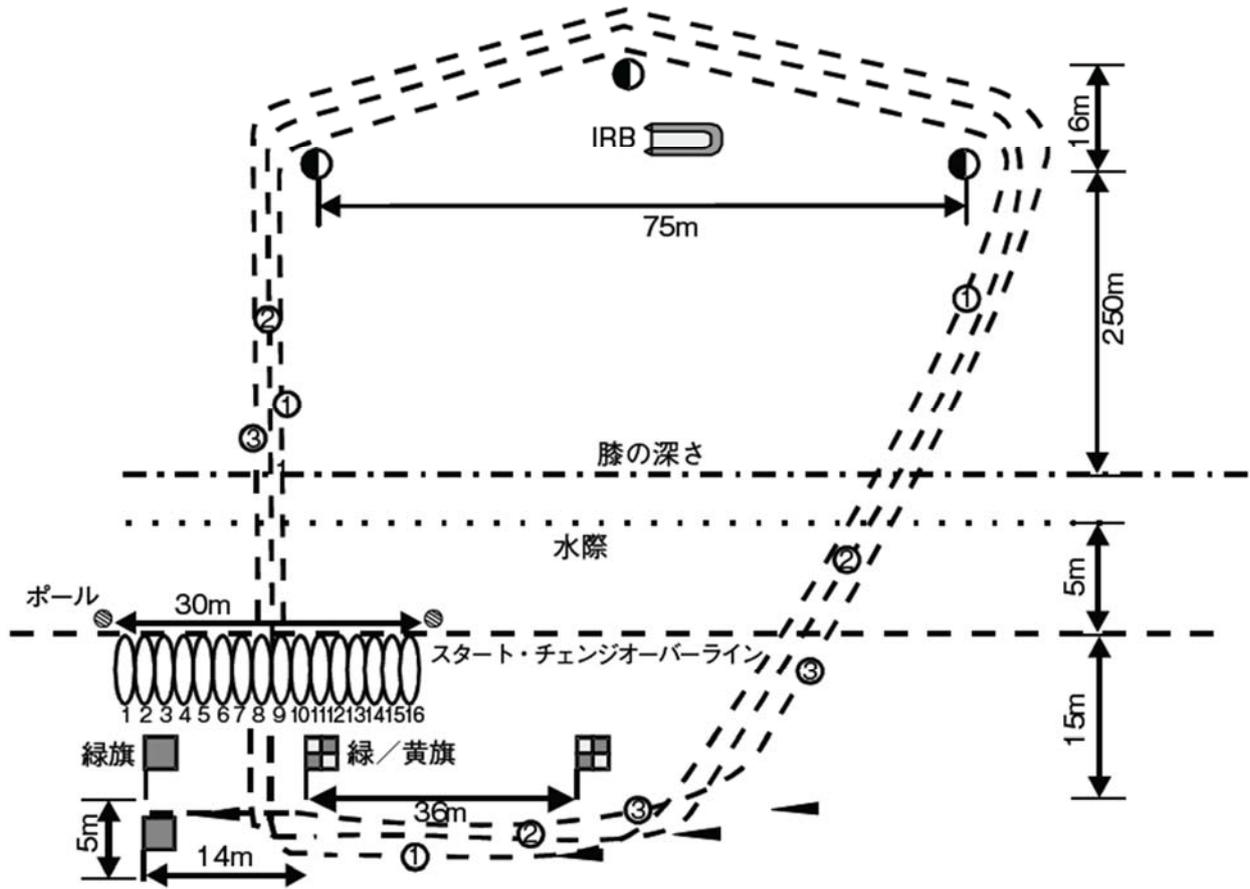
- ⑧競技者は、他の競技者のボードを掴んだり、故意に進路を妨害してはならない。
- ⑨ハンドラーまたは同じチームのメンバー（本競技に出場している競技者）は競技中、同じチームのボードが、他のチームまたは競技者の進路を妨害しないように配慮しなければならない。浜の混雑とボードの損傷を回避するため、ボードは可能な限り速やかに水際から除去しなければならない。
- ⑩同じクラブから複数のチームが出場する場合、各チームは識別ができる数字や文字を上衣またはキャップに入れるか腕や脚に書くこと。
- ⑪着順はフィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

ボードリレー



15. ボードレスキュー (Board Rescue)

(1) 競技人数

2人 (救助者1人, 溺者役1人)

(2) 使用器材

ボード

(3) 1レースの最大競技者数

9チーム

(4) コース

①ブイの位置

スイミングブイは、約120m沖合に配置する。

②スタートライン

スタートラインは、ブイと向かい合うように水際から約5mの浜に設定する。ラインの長さは約54mで両端に緑旗を立てる。

③フィニッシュライン

フィニッシュラインは、スタートラインと同じ。

(5) 競技の方法

①第1競技者 (溺者役) は、指定された位置でスタートラインより浜側の位置につく。

②スターターの合図で第1競技者 (溺者役) がスタートし、指定されたブイに泳ぎついたらブイにタッチし、ブイを掴んだ状態でもう一方の手をはっきりわかるように高く挙げ (肘を伸ばす)、ブイ到着の合図をする。ただし、指定されたブイ以外に泳ぎ着いてブイ到着の合図をしてはならない。合図をした競技者は失格となる。第1競技者 (溺者役) は、その後ブイより沖側へ移動して待機する。第1競技者がブイに触れたことを明確に伝える合図が別にある場合、チーフレフリーの判断により、そちらの方法を採用してもよい。

注意：ここでブイとはブイ本体のことであり、ブイにつながれているロープやストラップ等は含まれない。競技者はブイ到着の合図をする前に、水面より上で視覚的に分かるようブイにタッチせねばならない。

③第2競技者 (救助者) は、第1競技者が到着の合図をする前にスタートをしてはならない。

④第2競技者 (救助者) は、スタート前にスタートラインを越えても失格とはならないが、第1競技者 (溺者役) からの合図を受けたらスタートラインの浜側および指定された位置からスタートし、ボードと共に入水して指定されたブイへ向かう。

⑤第2競技者 (救助者) は、指定されたブイを左から右へ回る (時計回り)。第1競技者 (溺者役) は、ボードの前方もしくは後方に乗り、第2競技者 (救助者) に協力して2人で浜に戻る。ただし、ボードの全部が指定されたブイの沖側でなくてもよいが、第1競技者は指定されたブイの沖側でボードに触れなければならない。

⑥ゴールは、第1および第2競技者がボードを保持した状態で、フィニッシュラインを海側から通過する。

⑦着順は、フィニッシュラインを越える各チームの先頭競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

⑧第1および第2競技者は、ボードから離れても失格にはならないが、フィニッシュラインを通過するときには両者でボードを保持していなければならない。

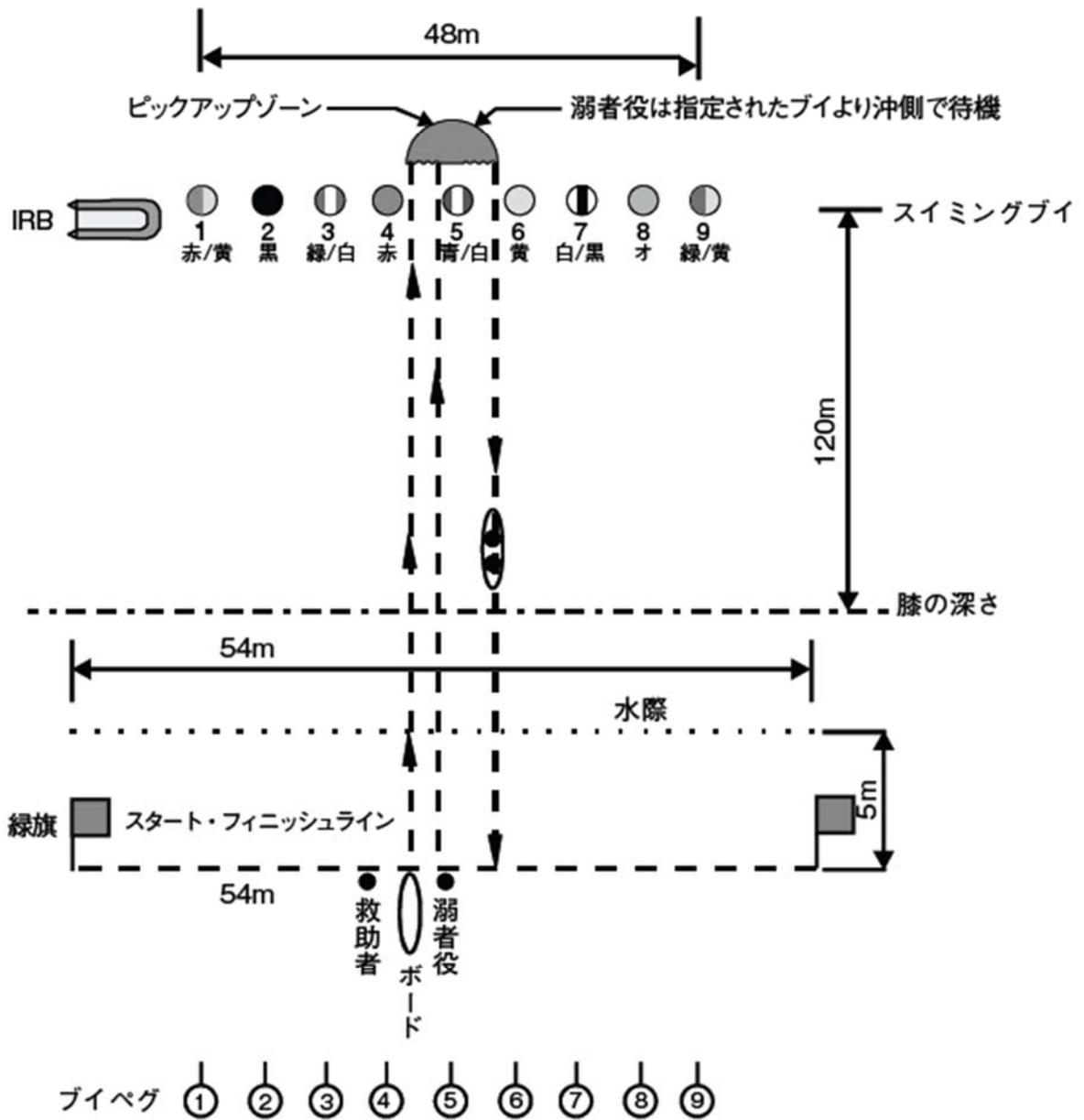
⑨競技者は、他の競技者のボードを掴んだり、その他の妨害をしてはならない。また故意に進路を妨害してはならない。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

ボードレスキュー



16. オーシャンマン/オーシャンウーマン&【暫定版】勝ち残り方式オーシャンマン/オーシャンウーマン (Oceanman/Oceanwoman and Eliminator variation)

(1) 競技人数

競技者1人, ハンドラー

(2) 使用器材

ボード, サーフスキー, パドル

(3) 1レースの最大競技者数

16人

(4) コース

①ブイの位置

スイミングブイは干潮時における膝の深さの地点から約120m沖合に配置する。ボード区間のブイはスイミングブイから約50m沖合に約17m間隔で配置する。スキー区間のブイは、ボードコースブイから約50m沖合に約50m間隔で2個のブイを配置し、もう1個のブイを2個のブイから約10m沖合の2個のブイの間に配置し、3個のブイで三角形をつくる。

②折返し点

浜の折返し点に旗2本を立てる。第2折返し旗は第2スイミングブイと、第1折返し旗は第8スイミングブイと向かい合い、両方とも水際から約20mの浜に立てる。

③スタート及びチェンジオーバーライン

スタート及びチェンジオーバーラインは、ラインの中心が第1スイミングブイと向かい合うように水際から約5mの浜に設定する。ラインの長さは約30mで、両端には2mのポールを立てる。

ボード区間又はスイム区間が最初の場合、スタート及びチェンジオーバーラインがスタートラインとなる。またボード区間ではボード設置ラインとして用いられる。競技者はレースが開始された後、スタート及びチェンジオーバーラインを越える必要はない。

④フィニッシュライン

2本の旗を5mの間隔を空けて設置する。フィニッシュラインは1本目の折返し旗から約50m離れた位置に、水際と垂直の角度で設置する。

(5) 競技の方法

①本競技は、スイム区間、ボード区間、サーフスキー区間、ラン区間の合計約1.4kmのコースで行なわれる。

②オーシャンマン/オーシャンウーマンの各区間の順序は、競技会前に抽選によって決定される。ただしラン区間は、最終区間とする。オーシャンマン/オーシャンウーマンリレーの区間順序も同じ抽選結果を用いる。サーフスキー区間が最初の場合、通常の水중スタートで行う。

③本競技種目規則で述べられている相違を除き、各区間ではそれぞれ個別の競技種目規則（サーフスキーレース、ボードレース、サーフレース、ビーチスプリント）が一般的に適用される。

④ボードおよびサーフスキー区間（以下クラフト区間）のスタート位置は、次のように指定された位置とする。

1番目のクラフト区間は、抽選によって決定した以下のコースとする。

1番目のクラフト区間のスタート位置	1	2	3	・・・	14	15	16
2番目のクラフト区間のスタート位置	16	15	14	・・・	3	2	1

それに対して、2番目のクラフト区間は、1番目のコースの左右を入れ替える。例えば、16人の競技者が参加するレースで、抽選により1コースと指定された場合、1番目のクラフト区間は1の位置からスタート、2番目のクラフト区間は16の位置からスタートとなる。

※スイム→ボード→サーフスキーの順の場合、以下の通りとなる。ただし、各 구간 コースのブイは左から右に回る。

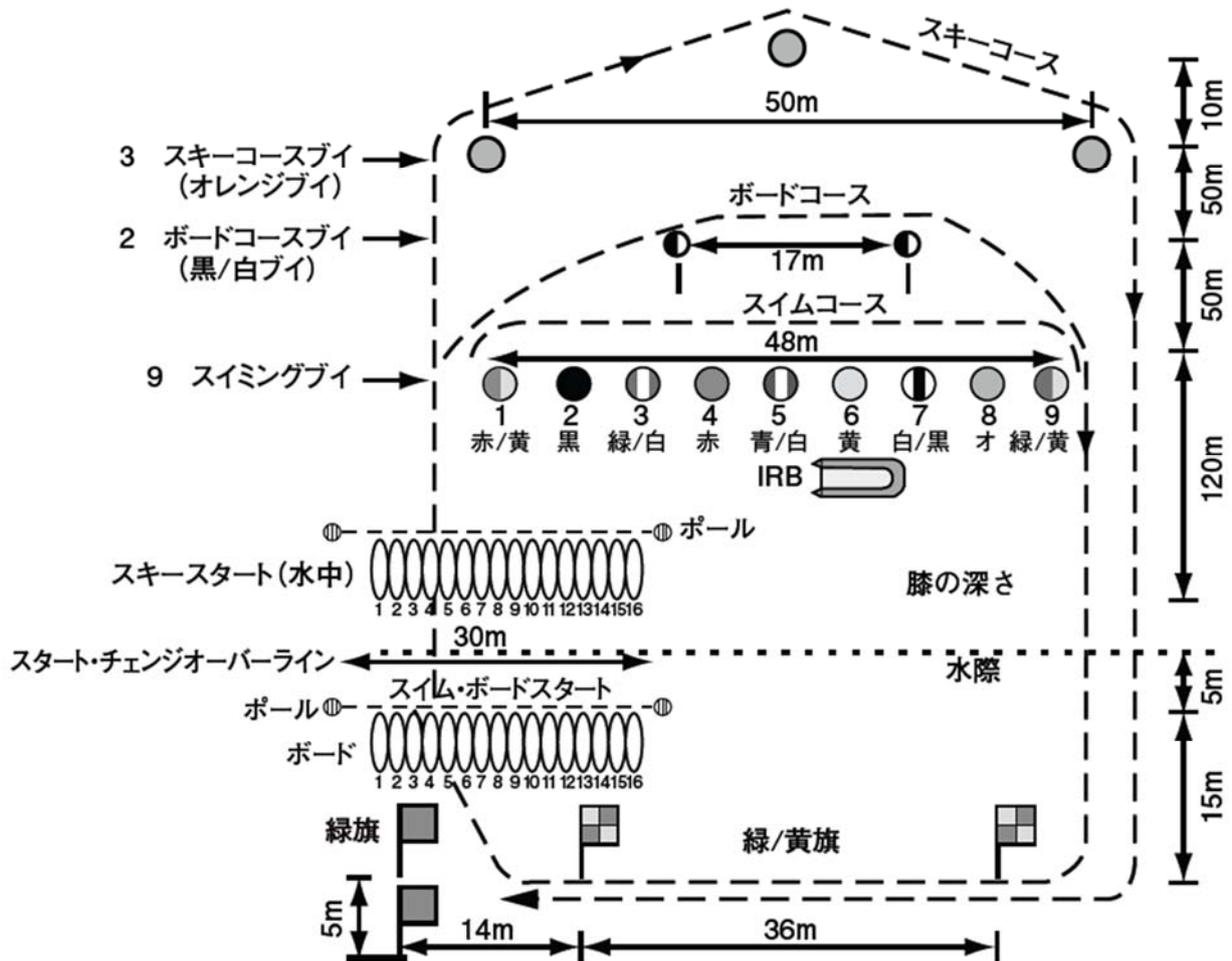
- ⑤スイム区間：スイム区間は、スタートからチェンジオーバーラインまでに、スイミングブイを回り、浜に戻り2本の折返し旗を回る。
- ⑥ボード区間：ボード区間は、スタートからチェンジオーバーラインまでに、スイミングブイおよび2つのボードコースブイを回り、ボードを水際に残して浜に戻り2本の折返し旗を回る。
- ⑦サーフスキー区間：サーフスキー区間は、サーフスキーを浮かべた状態でスタートし、スイミングブイ、2つのボードコースブイおよび3つのスキーコースブイを回り、サーフスキーおよびパドルを水際に残して浜に戻り2本の折返し旗を回る。
- ⑧ラン区間：ラン区間は、第1折返し旗を回り、2本目の折返し旗の陸側を通過し、フィニッシュラインの両端に設置された旗の間を通過しゴールする。
- ⑨ボード、サーフスキーが損傷した場合は、各区間のスタート・チェンジオーバーラインで交換することができる。ただし、他の競技者の進路を妨害してはならない。また、交換する場合、ハンドラーが別のボード、サーフスキーをスタート・チェンジオーバーラインまで運ぶことは認められる。
- ⑩パドルを損傷・失った場合は、各区間のスタート・チェンジオーバーラインに戻ってから交換することができる。
- ⑪競技者は、ボード、サーフスキー、またはパドルから離れたり操作できなくなっても、再度それらを確認し操作できれば失格にはならない。ただし、各区間において最終ブイを回るまではボード、サーフスキー、またはパドルを操作していなければならない。最終ブイを回った後は、ボード、サーフスキー、またはパドルから離れたままでも競技を継続することができる。
- ⑫ハンドラーは、共通競技総則に準じる。
- ⑬着順は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。
- ⑭競技者は、最終ブイを通過するまではサーフスキーまたはボードを保持していなければならない。ブイから戻る途中でサーフスキーまたはボードが離れても失格とはならない。ブイに向かう途中でサーフスキーまたはボードが離れても失格とはならないが、この場合は、サーフスキーまたはボードを回収し、保持した状態でコースごとの最終ブイを通過し、コースを終了する。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

オーシャンマン／オーシャンウーマン



■【暫定版】勝ち残り方式オーシャンマン／オーシャンウーマン

(以下、新しい競技形式の参考情報として、暫定版競技規則を掲載します。正式な競技規則は後の改訂版に掲載予定です)

勝ち残り方式オーシャンマン／オーシャンウーマンは、従来のオーシャンマン／オーシャンウーマン競技の1つの別方式である。

従来のオーシャンマン／オーシャンウーマン競技による予選および更なるラウンド（適用可能な場合）により、勝ち残り方式オーシャンマン／オーシャンウーマン決勝へ進む18人の競技者が決定される。

決勝は、次の通り3つの勝ち残りレースで実施される：

- ・レース1：最後の6人の競技者を除外する（18人→12人）
- ・レース2：最後の6人の競技者を除外する（12人→6人）
- ・レース3（決勝）：残りの6人の競技者によるレース

注意1：場合により「レース1」での競技者は18人を超えても、18人より少なくても可能である。しかし、「レース2」では12人の競技者で開始されなければならない。

注意2：13人より少ない競技者で実施する場合、審判員は最初の2つのレースで除外される競技者の人数を伝えなければならない。

事前の抽選でレース1の各区間の順序が決まり、各レースの勝者が次のレースの区間順序とスタートライン上のスタート位置を選ぶ。

各レースの間に5分間の休憩が設けられる。休憩時間は、各レースの勝者（先頭の競技者）がフィニッシュラインを越えた時点から開始する。この時間は、諸条件に基づいて主催者の判断により決定することができ、勝ち残り方式決勝が開始する前に伝えられる。

オーシャンマン／オーシャンウーマン勝ち残り形式決勝の競技規則は、以下で変更される場合を除き、オーシャンマン／オーシャンウーマンの通りとする：

- ・競技者は横一列になってスタートし（ビーチの状態が許せば）水際まで真っ直ぐ約25m走る。ボードとサーフスキーは、ハンドラーによって各区間のために水際から約5mの砂の上のライン上に置かれる。またハンドラーは、使用済みのクラフトを撤去しなければならない。
- ・決勝の順位と得点は、競技者が除外されたときのポイントによって決まる。
- ・観客、公衆、メディア及びスポンサーの関心を高めるため、特別な視聴覚機器が使用されることがある。（チェンジオーバー、フィニッシュアーチ、大型の水上ブイ、ビーチの折返しマーカー／旗及びビーチの観客席を含む。）ビーチの状態によっては、上記機器等の使用により、ラン区間が若干長くまたは短くなる場合がある。

折返しのブイ又はマークを見失ったことを含め、コースを正しく終了しなかった競技者は、次の規定に従うものとする：

- ・最初のレースで違反が起きた場合、競技者は失格となり、最下位及び相応する得点が割り当てられる。
- ・「レース2」または「レース3」で違反が起きた場合、競技者は失格となり、当該レースで最下位が割り当てられる。これは、競技者が既に除外されている競技者より上の資格を既に有するからである。

この種目の勝者は、最初の2つの勝ち残りレースでいかなる順位であったかどうかに関わりなく、「レース3（決勝）」の勝ち残りレースで正しく1着に入った競技者である。

17. オーシャンマン／オーシャンウーマンリレー（Oceanman／Oceanwoman Relay）

(1) 競技人数

競技者4人（スイマー、ボードパドラー、サーフスキーパドラー、ランナー）、ハンドラー

(2) 使用器材

ボード、サーフスキー、パドル

(3) 1レースの最大競技者数

16チーム

(4) コース

オーシャンマン／オーシャンウーマンに準じる。

(5) 競技の方法

- ①各区間はリレー形式で行なわれることを除き、オーシャンマン／オーシャンウーマンに準じる。ただしラン区間は、最終区間とする。サーフスキーが最初であれば、水中からのスタートとなる。
- ②ボードおよびサーフスキー区間（以下クラフト区間）のスタート位置は、次のように指定された位置とする。1番目のクラフト区間は、抽選によって決定した以下のコースとする。

1番目のクラフト区間のスタート位置	1	2	3	・・・	14	15	16
2番目のクラフト区間のスタート位置	16	15	14	・・・	3	2	1

それに対して、2番目のクラフト区間は、1番目のコースの左右を入れ替える。例えば、16チームが参加するレースで、抽選により1コースと指定された場合、1番目のクラフト区間は1の位置からスタート、2番目のクラフト区間は16の位置からスタートとなる。

※スイム→ボード→サーフスキーの順の場合、以下の通りとなる。ただし、各区間コースのブイは左から右に回る。

- ③スイム区間：スイマーは、スタートからチェンジオーバーラインまでに、スイミングブイを回り、浜に戻り2本の折返しを回り、チェンジオーバーラインで待機するボードパドラーにタッチする。
- ④ボード区間：ボードパドラーは、スタートからチェンジオーバーラインまでに、スイミングブイおよび2つのボードコースブイを回り、ボードを水際に残して浜に戻る。2本の折返し旗を回り、水深が膝の位置で待機するサーフスキーパドラーにタッチする。
- ⑤サーフスキー区間：サーフスキーパドラーは、サーフスキーを浮かべた状態でスタートし、スイミングブイ、2つのボードコースブイおよび3つのスキーコースブイを回り、浜に戻り水際または水中で待機するランナーにタッチする。
- ⑥ラン区間：ランナーは、第1折返し旗を回り、2本目の折返し旗の陸側を通過し、フィニッシュラインの両端に設置された旗の間を通過しゴールする。

注意：ランナーにタッチをする場所は、最終のブイの浜側から浜の第1折返し旗までのどこでもよい。タッチは水面より上で、はっきりと見えるようにしなければならない。ランナーは戻ってく

る競技者にタッチをするため水に入り、ウェーディング、ドルフィンスルー、ボディーサーフィンをしてよい。また折返し旗に向かって走ってもよい。ただし、ランナーはいかなるときも泳いでではない（ここで泳ぐとは、ボディーサーフィンのため又は波に乗り続けるため水面の上に腕を出してストロークする動作を含む）。

⑦陸上では競技者は、指定された正しい位置から各区間を開始しなければならない。ここで、第2競技者及び第3競技者は、タッチされた後、スタート及びチェンジオーバーラインを越える必要はない。

⑧着順は、フィニッシュラインを越える競技者の胸の位置で判定される。競技者は体を起こした状態でフィニッシュラインを足で越えなければならない。

⑨競技者は、最終ブイを通過するまではサーフスキーまたはボードを保持していなければならない。最終ブイから戻る途中でサーフスキーまたはボードが離れても失格とはならない。ブイに向かう途中でサーフスキーまたはボードが離れても失格とはならないが、この場合は、サーフスキーまたはボードを回収し、保持した状態でコースごとの最終ブイを通過し、コースを終了する。

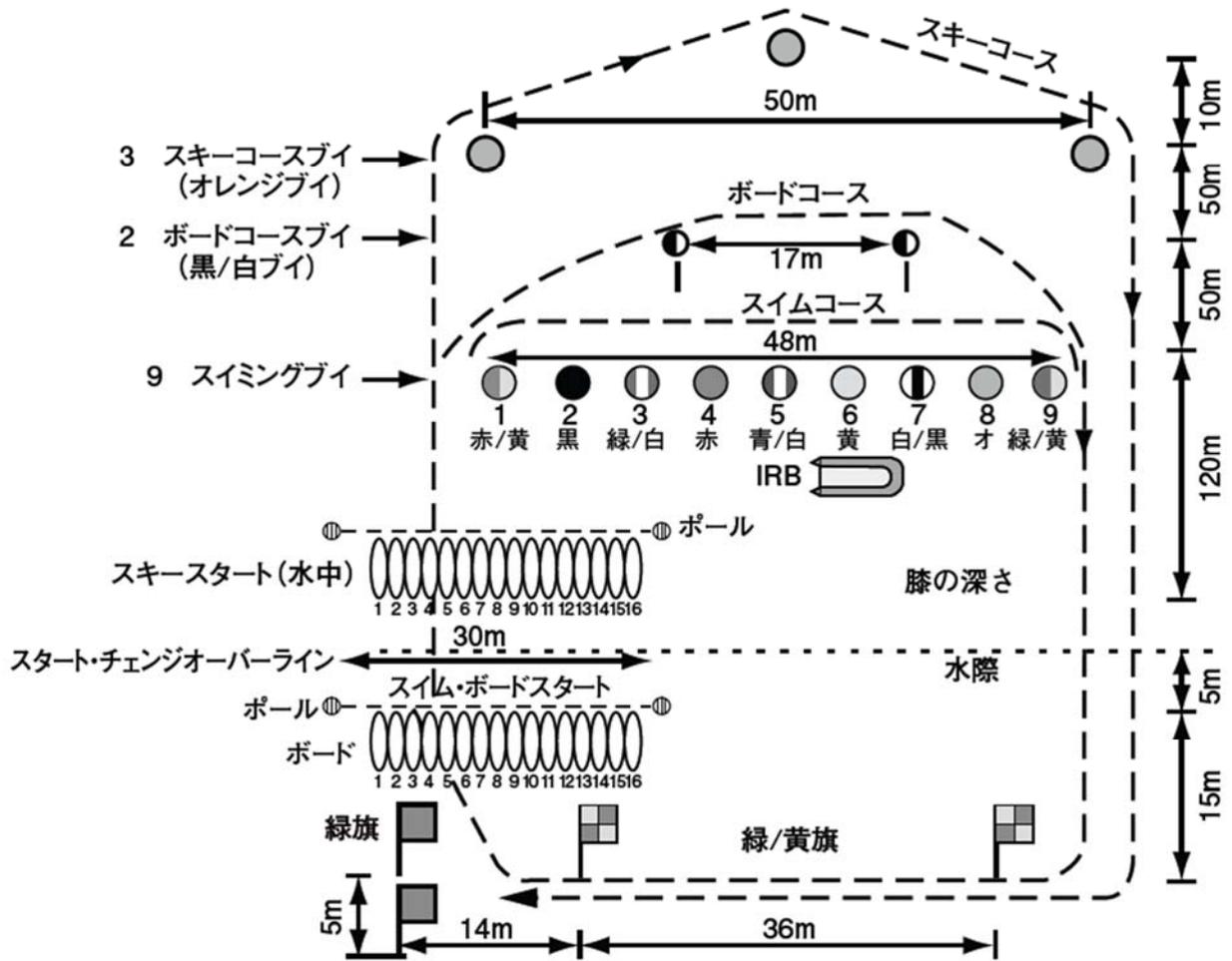
⑩浜を走るコースでは、服装等の規定に合ったショートパンツとTシャツを競技者の判断で着用してもよい。

(6) 失 格

総則（共通・オーシャン競技総則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

①規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

オーシャンマン/オーシャンウーマンリレー



18. 【暫定版】オーシャンライフセーバーリレー（Ocean Lifesaver Relay）

（以下、新しい競技種目の参考情報として、暫定版競技規則を掲載します。正式な競技規則は後の改訂版に掲載予定です）

(1) 競技人数

競技者4人（スイマー、ボードパドラー、サーフスキーパドラー、ランナー）、ハンドラー

(2) 使用器材

ボード、サーフスキー、パドル

(3) 1レースの最大競技者数

16チーム

(4) コース

オーシャンマン／オーシャンウーマンリレーに準じる。

(5) 競技の方法

オーシャンライフセーバーリレーは、オーシャンマン／オーシャンウーマンリレー種目のバリエーションである。全ての状況と競技規則はオーシャンマン／オーシャンウーマンリレーに準じるが、この種目はスイム、ボード、サーフスキー、ランの順番で実施される。

ライフセービング世界大会については、男女混合種目として実施される。各チームに男子2人と女子2人がいなければならない。実行委員会は、あらかじめ男子区間と女子区間の抽選をしなければならない。

(6) 失格

総則（共通・オーシャン競技規則）の違反に加えて、次のような場合は失格となる。

- ① 規定された通りにコースを終了しなかった場合（DQ12）。

オーシャン競技失格コード表

コード No.	失格内容	競技種目
1	総則および種目別の競技規則に違反した場合。	全競技種目
2	チーム、競技者およびハンドラーが、不正行為をした場合。 不正行為とは、下記のような場合等をいう。 ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合 ②他の競技者になりすました場合 ③競技順や位置決め投票／抽選で不正を試みた場合 ④同じ個人種目に2度出場した場合 ⑤他のクラブの競技者として同じ種目に2度出場した場合 ⑥自分が優位になるために故意に他の競技者を妨害した場合 ⑦他の競技者またはハンドラーを押ししたり、進路を妨害した場合 ⑧競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合 (口頭またはその他の指示を除く)	全競技種目
3	招集場所での出場確認に遅れた競技者は、競技をスタートすることができない。	全競技種目
4	競技開始時刻に競技者がいなかった場合 (A, B 決勝を除く)	全競技種目
5	会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合。	全競技種目
6	競技役員を侮辱(暴言・暴力)した場合。	全競技種目
7	スタートの合図の前にスタートした(すなわち、スタート動作を開始した)全ての競技者は失格となる。ただし、ビーチフラッグスでは除外となる。	全競技種目
8	スターターの合図に従わず、故意にスタートを遅らせた場合。	全競技種目
9	スターターの最初の合図の後、音やその他の方法によって他の競技者を妨害した場合(ただし、ビーチフラッグスの場合は除外となる)。	全競技種目
10	競技者が、指定されたコースまたは位置からスタートしなかった場合。	全競技種目
11	競技者が2本以上のバトンを取った場合、または他の競技者がバトンを取ることを妨げた場合。	ビーチフラッグス
12	規定された通りにコースを終了しなかった場合。	全競技種目

第5章 シミュレーテッド・エマージェンシー・
レスポンス競技
(SERC) 規則

第5章 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技

(SERC) 規則

第1節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) 総則

シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技 (SERC) は、チームリーダーの指示の下にチームとして行動する4人のライフセーバーの主導権、判断、知識および能力をテストする。開始前にシミュレーテッド・エマージェンシーの状況は競技者には知らせておらず、競技を実施するにはライフセービングスキルを適用する。この競技は2分の時間制限内に実施される。全てのチームは同じ状況設定で、同じ審判員により評価される。

競技は男女の区別なく実施され、チームはどのような男女の組み合わせでも成立する。

1. 組み合わせ

(1) チームの競技順は抽選により決定するものとする

2. 出場確認および招集

(1) 競技者または代理人は出場確認の手続きを行わなければならない。**時刻**までに出場確認を行わなかった場合は、原則として失格となる。

(2) 競技者は競技開始前の指定された**時刻**にロックアップエリア（招集場所）に速やかに集合するものとする。競技の開始時にロックアップエリアにいないチームは失格となる。

3. スタート

(1) スタートの合図はスターターによるピストル、ホイッスル、エアホーン等で行なわれる。

4. 不正行為

(1) 競技者は溺者および傷病者に対し丁寧に対応する。言葉および身体的暴力を与えてはならない。言葉および身体的暴力を与えた場合は、失格になることがある。

(2) 競技エリアに自分たちの所持品または器材を持ち込んで서는ならない。

①持ち込みできるもの 眼鏡およびコンタクトレンズ等の視力矯正器具（矯正用ゴーグルまたはマスクは不可）。

②持ち込みできないもの 時計、宝飾品、携帯電話、その他の通信機器、ゴーグル、マスク、フィンなど。競技者、溺者および傷病者にとって危険と判断された宝石類（アクセサリー）は外すように指示されることがある。

第2節 シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技（SERC）種目

シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技

(Simulated Emergency Response Competition: SERC)

(1) 競技人数

4人

(2) 使用器材

競技者は競技エリア内で入手可能な全ての資材や器材を使用することができる。競技者は競技エリア内に自分たちの所持品および器材を持ち込んではいない。

(3) 用具の位置

状況設定に応じて決定される。

(4) 競技の方法

①機密保護とロックアップ

競技開始前および競技中、チームは競技エリアが見えず、音も聞こえないような「ロックアップエリア」に隔離される。競技者が隔離されるまで、状況設定、演技者、器材は秘密にされる。競技の終了後、競技者は他のチームの競技を観戦することができる。

②競技開始

スタートの合図の後、チームはロックアップエリアからプールへと誘導され、様々な救助を必要とする溺者や傷病者が競技エリア内にいるのを発見する。スタートの合図の後チームが競技エリアに入ったら、演技者は即座に溺者、傷病者の演技を始める。競技者は制限時間内にあらゆる方法を用いて溺者、傷病者に対応する。

③競技エリア

SERCは、室内または屋外の様々な水辺の環境で行なわれる。事前に全チームに対して明確に競技エリアを示す。競技エリアの入口と出口の両方の位置を明確に指示する（例、どちらのプールサイドを使用するか）。別に指示されない限り、競技者は競技エリア内の状況が「発見した通り」とであるとみなす。

電光時計が使用可能であるなら、競技者と観客のためにカウトダウン時計として使用してよい。

④状況設定

状況設定は競技開始まで秘密にされ、できるだけ現実的（かつ安全）に演出されるものとし、競技者の想像力をテストするものではない。例えば、演技者が、手にやけどを負ったと申し出した状況は、火災、電気コード、化学物質が、シミュレートされた証拠により演出される（実際の火、通電中のコード、実際の化学物質を使用すべきではない）。

⑤溺者、傷病者、マネキン、バイスタンダー

(ア)演技者は溺者、傷病者役を演じ、異なる手当てを必要とするような問題を提示する。溺者、傷病者役の種類には、泳げない人、泳ぎが下手な人、けがを負った遊泳者と意識不明の溺者、傷病者を含む。さらに、競技者はバイスタンダーや遊泳者だけでなく、「溺者、傷病者」役のCPR用マネキンに対処する場合もある。

(イ)溺者、傷病者の演技は競技中に展開する場合がある（例、意識のある溺者、傷病者が意識不

明になる)。その条件は、変化が明らかに分かること、変化のタイミングが一貫していること、競技を通して全競技者に一貫した変化であることである。

(ウ)溺者、傷病者の種類が目印（例、意識不明を示す額の赤/黒の×印）に示される場合、競技者は開始前に通知される。競技者は、マネキンに対応する場合、呼吸をしていない脈のない溺者、傷病者として扱うものとする。

⑥開始時刻と計時

競技の制限時間は2分以内とする。音響合図が各チームの対処開始と終了を告げる。

(5) 救助の原則

①ライフセーバーとライフガードの対応の違い

SERC競技者は、指定されたチームリーダーの指示の下に連携したチームの中で行動する。ライフセーバー4人で構成されるチームとして対応することを求められる。管理された水辺の環境の中で、十分に訓練されたチームの一員として活動することが多いライフガードと異なり、ライフセーバーは、特殊な器材、支援または確立された手順や通信システムの便益なしに、予想外の緊急事態の中で適切な方法で対応する態勢を要求される。かかる状況では、ライフセーバーの個人的安全が常に最優先であり、採点シートにはこれが反映されるものとする。

②競技者は以下の基本的救助ステップを適用する

- 問題の認識
- 状況の評価
- 問題を克服するための行動方針の計画
- 救助を達成するための行動
- 溺者、傷病者に対する手当て

③競技者は状況評価の際に、以下を考慮する

- 救助者の能力
- 溺者、傷病者の人数
- 溺者、傷病者の位置
- 溺者、傷病者の状態（例、泳げない人、泳ぎの下手な人）
- 利用可能な救助支援物資（器材）
- 周囲の状態（例、水深、入水および着水点）

④競技者はその状況評価に基づき、取り入れ得る行動方針を計画する

- 支援の要請
- 支援の組織
- 利用可能な協力者に対する情報伝達
- 適切な支援物資または器材の収集
- 必要に応じた救助実施

計画では状況管理を確立すると共に、可能な限り多くの命を救うことを目指す。多数の溺者、傷病者の救助管理では、救助者に複数の選択肢が与えられる。

⑤救助者は以下のように状況を管理する

- 移動可能な人の移動

●大きな危険にさらされている人の安全確保

●継続的手当が必要な人の回復と蘇生

移動可能な人とは、自分で安全な場所に移動できる者である。大きな危険にさらされている人には、泳げない人やけがを負った遊泳者などが含まれる。継続的な手当を必要とする人には、意識不明者、呼吸停止者または脊椎損傷が疑われる溺者、傷病者などが含まれる。適切な計画が出来上がった時点で、それを迅速に行動に移すことが望ましい。競技者は状況変化に警戒すると共に、その行動計画をかかると変化に合わせて調整し、それに対応する。

⑥救助を実施する際は、競技者は以下を覚えていなければならない

●自分自身が最も安全な位置から救助する

●救助原則の実施

●溺者、傷病者には極めて慎重に接近する

●意識のある溺者、傷病者に直接接触しないようにする

入水が不可欠な場合、競技者は、自分自身の命を絶対に危険にさらさない状況を作るための、最も有効な技術を選ぶ。競技者はその意図および行動を審判員に明確に示すことが重要である。

(6) 判定と採点

採点シートは、1人の審判員が状況設定全体を採点し、他の審判員が個々の溺者、傷病者を扱う方法で作成される。溺者、傷病者1人に審判員1人という状況が望ましい。審判員は競技開始前に、状況設定、採点方法、および採点基準について簡単な説明を受けるものとする。審判員は1人の溺者、傷病者、または溺者、傷病者集団を割り当てられ、状況設定の当該部分に参加した全チームを、競技全体について評価するものとする。

①採点制度

この競技で使用される採点制度では、審判員は採点シートを使って得点配分を行なうことが可能であり、競技者は適切だが予期せぬ対応を行なうよう規定される。審判員は得点配分を行なうにあたって、以下を考慮する。

●溺者、傷病者の種類

●溺者、傷病者の安全圏までの距離

●利用可能な器材および使用器材

●判断の速さ

●優先順位

●行動/仕事の質

●溺者、傷病者の手当

傷病者の問題を迅速かつ正確に認識することは、この競技の重要なポイントであり、溺者、傷病者の状況設定および事故演出と密接な関係がある。競技者が、どの溺者、傷病者を優先するかに対する正確な判断に得点が与えられる。競技者の判断は、緊急事態の性質によって異なる。水中の溺者、傷病者の場合は、最初に救助する者を決める際に、競技者は以下の優先順位に従って溺者、傷病者を優先するのが望ましい。

●泳ぎの下手な者、および自分で移動できる者

●大きな危険にさらされている者（例：泳げない者、けがを負った遊泳者）

- 継続的な手当てが必要な溺者，傷病者（例：意識不明者，呼吸停止者または脊椎損傷が疑われる溺者，傷病者）

より高度な技能および判断力を必要とする救助パフォーマンスに高得点を与える場合がある。

(7) 失 格

総則（共通）の違反に加えて，次のような場合は失格となる。

- ①外部からの援助，指示，または助言を受けた場合（DQ7）。
- ②ロックアップエリアに遠距離通信機を持ち込んだ場合（DQ8）。
- ③競技の一部として提供されていない器材を用いた場合（DQ9）。
- ④演技者に身体的，または言葉による暴力を加えた場合（DQ10）。

シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技失格コード表

コード No.	失格内容	競技種目
1	総則および種目別の競技規則に違反した場合。	全競技種目
2	チーム、競技者およびハンドラーが、不正行為をした場合。 不正行為とは、下記のような場合等をいう。 ①ドーピングまたは、ドーピングに関連した行為を行なった場合 ②他の競技者になりすました場合 ③競技順や位置決め投票／抽選で不正を試みた場合 ④同じ個人種目に2度出場した場合 ⑤他のクラブの競技者として同じ種目に2度出場した場合 ⑥自分が優位になるために故意に他の競技者を妨害した場合 ⑦他の競技者またはハンドラーを押ししたり、進路を妨害した場合 ⑧競技者が外部から身体的または物質的な助力を受けた場合 (口頭またはその他の指示を除く)	全競技種目
3	招集場所での出場確認に遅れた競技者は、競技をスタートすることができない。	全競技種目
4	競技開始時刻に競技者がいなかった場合 (A, B 決勝を除く)	全競技種目
5	会場施設・宿泊施設、その他の競技会関連施設を故意に損壊した場合。	全競技種目
6	競技役員を侮辱(暴言・暴力)した場合。	全競技種目
7	外部からの援助、指示または助言を受けた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
8	ロックアップエリアに遠距離通信機を持ち込んだ場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
9	競技の一部として提供されていない器材を用いた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技
10	演技者に身体的、または言葉による暴力を加えた場合。	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技

サンプル採点シート

SERC：全般

抽選番号 _____ チーム名： _____ 審判員名： _____

状況設定の説明：あなたは朝、リラックスするために地元のスイミングプールに来た。そのとき、プールの中で何かが起きていることに気付いた。まだライフガードや他の職員も見当たらない。あなたが溺者／傷病者を保護する、または水中から引き上げるなら、指定された場所（プールへの入水・退水については場所が指定される）から行わなければならない。ほかの場所を使用する場合は得点を獲得することはできない。

判定の注意点：審判員は、SERCの概要を頭に入れており、チーム全体の効率性を評価する。特に、チームリーダーのチームの管理、すなわち負傷者を手当てするための優先事項の評価およびチームメンバーへの指示を採点する。また、リーダーとチーム間、チームメンバー間のコミュニケーションを採点する。これには溺者／傷病者の状態についての情報およびどのような援助が必要かということが含まれる。

採点は以下の事項を考慮しなければならない。

- 全体の統制が失われる範囲に責任を持たされた、または関与するリーダーによる統制の喪失。リーダーが実行する救助について採点しないこと。そうしたことはその溺者／傷病者に割り当てられたほかの審判員により採点される。
- 救助が求められたか否か。注意：助けに送られた人は状況設定中に戻ることはできない。

採点の項目	得点 / 10
評価 緊急の評価 リーダーはチームをまとめ、正しい救助の優先事項を指示したか？ 継続的な評価／再評価	
統制 状況設定全体にわたる統制と安全 リーダーは状況設定全体にわたり統制を保持する 継続的な評価／再評価	
コミュニケーション リーダーからチームへ、およびチームメンバーと溺者／傷病者間のコミュニケーションとフィードバック 溺者／傷病者とチームへ与えられる効果的な質問／明確な指示	
探索 状況設定エリアの効果的な探索 溺者／傷病者の特定と場所	
チームワーク 適切な情報提供が伴われたチームワーク、招集支援（救急サービスが呼ばれる） 全ての溺者／傷病者の特定と保護 バイスタンダーと溺者／傷病者の有効な利用	
溺者／傷病者に対する乱暴な手当て - 減点	
総合点	

採点の注意（審判員により 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

サンプル採点シート

SERC：泳げない人

抽選番号 _____ チーム名： _____ 審判員名： _____

溺者／傷病者：プールの端に行こうとする泳げない人

彼は、水面に出ようとしてもがき、プールの端に行けないためにパニックになり始める。彼は手の届く場所に救助器具がある場合それらを確保することができる。しかし、何も持たずに救助する場合、彼はもがきながら救助者を掴もうとする（仰向けにならない）。彼はプールから出るときに助けを必要とし、疲れ果てている。彼は自分だけの力では上がれない。

判定の注意点：泳げない人は危険が差し迫った状態にあり、救助の最優先対象となる。彼は救助器具を持たないまま近寄ってくる救助者を直接掴もうとする。何も持たずに救助する場合、採点項目の救助の欄には得点は一切記録されないものとする。彼は有効かつ効率的にプールの端まで戻されることにより安全を確保される。プールからの引き上げは慎重に行なわれるべきである。彼は尋ねられた質問には回答するが、自ら情報を与えることはない。彼はおびえているため、救急隊の到着を待つエリアを離れさせないこと。

採点の項目	得点／10
溺者／傷病者の認識／接近手法 泳げない人の認識（最優先）、溺者／傷病者に接近する速度 救助者による安全な接近手法	
救助 極めて慎重に配慮した救助 有効な救助、非接触（接触救助の場合、この項目では得点とはならない）	
溺者／傷病者の管理 明確で有効な質問と元気づけの言葉 救助中およびプールの端まで戻るまでの元気づけ	
陸地への引き上げ 溺者／傷病者への注意、頭部の保護 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当てとアフターケア プールの端から離れた安全な場所、可能な場合は保温と保護 安全の監視、継続的な元気づけ	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（審判員により 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

サンプル採点シート

SERC：泳ぎが下手な人

抽選番号 _____ チーム名： _____ 審判員名： _____

溺者／傷病者：友人と遊んでいた泳ぎが下手な人

彼は泳ぎの下手な人で、友人たちと遊んだあとにプールの端まで戻るのに苦勞している。彼はほかの友人たちについてくるように叫んでいるが、友人たちは見あたらない。彼は救助器具を確保することもでき、器具なしにプールの端までたどりつくこともできる。何も持たずに救助する（キャリアを含む）方法が用いられる場合、もがいて抵抗する。彼はほかの友人たちにプールの端まで泳ぐように伝わったかどうか心配している。彼自身は補助なしでプールの端にたどり着くことができる。彼は応援を頼み、119番通報し、全体にわたり協力的である。

判定の注意点：泳ぎの下手な遊泳者は迅速に救助される必要がある。彼はプールの端まで戻るように声をかけられる、または合図を送られる。彼は水中にいる間も監視される必要がある。何も持たずに救助する場合、彼はもがいてしまうため、救助に対する採点は低くなる。

採点の項目	得点 / 10
溺者／傷病者の認識／接近方法 泳ぎの下手な遊泳者だと認識し、移動させることを最優先にする 救助者による安全な接近手法	
救助 明確な指示によりプールの端まで戻ることを促す非接触救助を行なう (何も持たずに救助する場合は低得点－この項目には最大で5得点) 水中にいる間も監視する、更なる指示が必要な場合がある	
溺者／傷病者の管理と扱い 効果的なコミュニケーション指示：ほかの溺者／傷病者を安全かつ保温する (特に彼の友人たち)	
陸地への引き上げ 安全を確保して陸地へ引き上げる 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当てとアフターケア プールの端から離れた安全な場所、可能な場合は保温と保護 観察と、継続的な元気づけ	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（審判員により 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

サンプル採点シート

SERC：意識不明者／呼吸停止者

抽選番号 _____ チーム名： _____ 審判員名： _____

溺者／傷病者：意識不明で呼吸していない子ども（マネキン）
この子どもはプールの底にいる。彼は友人たちと遊んでいた。

判定の注意点：彼は救助の優先順位が低く、継続的な手当てを必要とする。彼を救助するために、できる限り速やかに最優先の負傷者を救助する。CPR はできる限り早く開始すべきである。得点は CPR シミュレーションの効率性および有効性に反映される。

採点の項目	得点／10
溺者／傷病者の認識／接近方法 負傷者の特定	
救助 救助の速度（救助の優先性を考慮する） プールの端まで戻る速度	
溺者／傷病者の管理 有効かつ効率的な搬送	
陸地への引き上げ 負傷者の慎重な取り扱い／陸地への引き上げ	
溺者／傷病者の手当てとアフターケア 効果的な CPR は回復を助ける プールの端から離れた安全な場所、観察と継続的な手当て	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（審判員により 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

サンプル採点シート

SERC：負傷した溺者／傷病者

抽選番号 _____ チーム名： _____ 審判員名： _____

溺者／傷病者：肩を負傷している意識がある溺者／傷病者
水に落ち肩を負傷した。負傷者は落ち着いている。

判定の注意点：援助を必要とする中程度の優先度がある負傷者である。救助者は救助器具を用いるべきである。負傷者は救助器具を持つことができるが、プールから上がる時に援助が必要である。負傷者は負傷した肩に注意しながら、慎重に水から引き上げられる。彼は救助には協力せず、支援を求めたり、119番通報したりすることはない。

採点の項目	得点／10
負傷者の認識／接近方法 負傷した遊泳者で移動させるには中程度の優先順位であることの認識 救助者による安全な接近方法	
救助 明確な指示によりプールの端まで戻るよう促す 非接触救助を行う（接触救助には低い得点－この項目では最大で5点） 水中にいる間の監視、継続的な監視と手当て	
負傷者の管理 有効なコミュニケーション／指示 安心感を与えるための継続的な声がけ	
陸地への引き上げ 負傷した肩に注意しながら水から慎重に引き上げる 安全を確保し、陸地へ引き上げる（水中にいる間の監視、更なる指示が必要な場合がある） 救助者の大きさと体力に合った適切な陸地への引き上げ	
負傷者の手当てとアフターケア プールの端から離れた安全な位置、可能な場合は保温と保護 継続的な監視とケア	
溺者／傷病者への乱暴な取り扱い－減点	
総合点	

採点の注意（審判員により 0.5 単位で採点される）

満点 10	優 7.5 - 9.5	良 5.0 - 7.0	可 2.5 - 4.5	不可 0 - 2.0
高度な技術および判定を必要とする救助行為に対しては、高い得点が与えられる。				

第6章 競技役員（オフィシャル）

第6章 競技役員（オフィシャル）

第1節 競技役員編成

主催団体は、競技会を運営するために原則として次のような役職を任命する。次の役職のうち、審判員となる役員は、本協会認定の審判員資格を取得していなければならない（主催団体が特別に認めた場合を除く）。

	オーシャン競技	プール競技
認定審判員	上訴委員	
	チーフレフリー（審判長）	
	デピュティチーフレフリー（副審判長）	
	セクショナルレフリー（競技別審判長）	イベントディレクター
	チーフジャッジ（主任審判員）	
	スターター（出発合図員）・チェックスターター（出発合図補助員）	
	マーシャル（招集員）	
	IRB ジャッジ（IRB 審判員）	ターンジャッジ（折返し監察員）
	コースジャッジ（コース審判員）	レーンジャッジ（泳法審判員）
	フィニッシュジャッジ（着順審判員）	
		タイムキーパー（計時員）
		機械操作員
	レコーダー（記録員）	
	ヘッドスコアラー（総合記録員）	
	スクルーティニア（器材検査員）	
	シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技ジャッジ	
	競技ディレクター	
コンペティター・リエゾン・オフィサー		
スタッフ	器材・会場、接遇、安全、催事、広報、救護・アスレティックトレーナー、アナウンサー（MC）、競技会事務局など	

第2節 競技役員服装

競技役員は任務によって指定された上着、指定された短パン、白色帽子を着用する。また、必要に応じてレインコート等の防雨／防寒具を着用することが出来る。

第3節 競技役員任務

認定審判員は、常に競技規則に準じて競技が行なわれているか否かを、公平かつ迅速に監察する。競

技規則の違反が認められた場合は、チーフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告し、チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの責任において裁定する。役職ごとの主な任務は、次の通りである。

1. 規律委員長

競技運営・審判委員会、チーフレフリーまたは上訴委員から付託された問題や抗議を解決するために委員を任命する責任がある。

2. 規律委員

規律委員は、競技運営・審判委員会、チーフレフリー、または上訴委員会から付託されたあらゆる問題に裁定を下す。規律委員長は、適切な規律委員会の委員を選定し、個々のケースの裁定を行なう。

3. 上訴委員長

チーフレフリーから付託された問題や抗議を裁定するための委員を任命する責任がある。

4. 上訴委員

上訴委員長によって若干名任命され、第2章「共通競技総則（抗議と上訴）」に準じてチーフレフリー、または競技者から付託された抗議に対して裁定する。

5. チーフレフリー（審判長）

- (1) 競技会の開催に先立ち、代表者による会議を開催し、競技運営についての注意、連絡事項を説明し、トラブルを未然に防ぐよう努める。
- (2) 競技役員を任命し、職務の分担および指示を与え、円滑に競技が進行するように競技役員を統括する。
- (3) 競技の運営についての最高責任者であり、競技規則が厳守されているか監察する。
- (4) 審判員からの競技規則違反の報告に対して決定を下す。また、競技規則に記載されていない事柄についても主催団体と協議して決定する。
- (5) 第2章「共通競技総則（抗議と上訴）」に準じて、競技者からの抗議に対して裁定する。
- (6) 競技がタイムテーブル通りに行なわれているか否かを監察する。タイムテーブルに変更の必要がある場合は、それを変更することができる。
- (7) 競技が安全に進行されているか否かを監察する。安全上、競技の実施に問題があると判断した場合は、第8章「競技会における安全対策」に準じて決定する。
- (8) 規則にない質問や競技会などの中止、およびスケジュール変更や場所変更などについて主催者と協議することができる。
- (9) 競技のタイムテーブルを変更する場合は、放送、公式掲示板または代表者会議などチーフレフリーの指示により競技者に変更内容を周知する。
- (10) マーシャルから種目別競技者数の報告を受けて、組み合わせを決定する。
- (11) チーフレフリーは、競技会の規模などを考慮し必要に応じて、競技エリアごとにセクショナルレフリーを任命する。

6. デピュティチーフレフリー（副審判長）

デピュティチーフレフリーは、競技会の指揮と運営を補助し、チーフレフリーが不在の場合はその

権限と責任を代行する。デピュティーフレフリーは、チーフフレフリーの権限内で、競技会の特定の範囲を管理するまたは、特定の任務、権限を与えられる。

7. セクショナルレフリー（競技別審判長）※オーシャン競技／ イベントディレクター ※プール競技

セクショナルレフリーは、担当する競技の運営についてチーフフレフリーに準じた任務を持ち、進行状況をチーフフレフリーに報告する。イベントディレクターは、担当する競技の準備ができたことをスターターに告げる。競技が終了したことを競技者に伝え退水の指示をする。

8. チーフジャッジ（主任審判員）

- (1) チーフフレフリーまたはセクショナルレフリーを補助し、審判員の任務が円滑に行なわれるよう担当の審判員を統括する。
- (2) 競技規則に準じて、コースの設営と各審判員の任務について指示を与える。
- (3) 着順、結果について決定する。

9. スターター（出発合図員）

- (1) 第3章「プール競技総則」、および第4章「オーシャン競技総則」のスタート、不正スタートに準じて、競技者を公正にスタートさせるまで競技者を掌握する。
- (2) スタートが公平であるか否かを判断し、個々の種目の規則に従って失格の判断をする。
- (3) チーフフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示により競技の進行を行なう。
- (4) スタートの遅延行為に対し、チーフフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告する。。

10. チェックスターター（出発合図補助員）

チェックスターターは、スターターと連携し、種目開始のために適切な位置にいて、競技者が整列してスタートの用意ができた時に合図をする。チェックスターター（およびスターター）は、スタート時に違反があった、またはスタートが不正だったと判断される場合、合図、その他の手段により競技者を呼び戻す。

11. マーシャル（招集員）

- (1) オーシャンおよびプール競技総則（出場確認および招集）に準じて、競技者の出場確認を行なう。
- (2) 組み合わせリストに基づき競技者を呼び、整列させ待機させる。
- (3) 競技スタート時刻までに、競技者をスタート地点まで誘導する。
- (4) スタート前に競技者が規則を遵守するように促す。

12. IRBジャッジ（IRB審判員）※オーシャン競技

- (1) チーフフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示に従い、オーシャン競技規則に準じてコースブイの設置を行なう。
- (2) 競技中、コースブイが競技規則通りに維持されているか否かを監察し、修正の必要がある場合は、チーフフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告する。
- (3) 競技中、競技者が定められたコースに従っているか否かを監察する。

- (4) 競技中、競技者が危険な状態になった場合、チーフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告し指示に従う。

13. コースジャッジ（コース審判員）※オーシャン競技

- (1) 競技のコースが監察できる場所に配置する。
- (2) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示に従い、コース上で競技規則に準じて競技が行なわれているか否かを監察する。

14. ターンジャッジ（折返し監察員）※プール競技

- (1) 各レーンのスタート側と折返し側にそれぞれ1人ずつ配置する。
- (2) チーフレフリーの指示に従い、競技者が競技規則に準じて折返しを行なっているか否かを監察する。
- (3) ゴールに関しては、タッチが競技規則に準じているか否かを監察する。

15. レーンジャッジ（泳法審判員）※プール競技

- (1) プールの両サイドに配置する。
- (2) 特定のレーンに配置され、チーフレフリーの指示に従い、競技者の泳法その他が競技規則に従っているか否かを監察する。
- (3) ターンジャッジを補助するために、折返しについても監察する。

16. フィニッシュジャッジ（着順審判員）

- (1) プール競技
 - ①競技者が競技を終了する付近で、常に全ての競技者とゴールを監察できる場所に位置する。
 - ②チーフレフリーの指示に従い、各競技者の着順を速やかに判定する。
- (2) オーシャン競技
 - ①フィニッシュライン付近で、全ての競技者とゴールを見渡せる場所に位置する。
 - ②チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示に従い、第4章「オーシャン競技総則（順位の決定）」に準じて、速やかにゴールの着順判定をする。
 - ③着順が決定した後、着順を記した札を競技者に渡し整列させる。

17. タイムキーパー（計時員）※プール競技

- (1) チーフレフリーの指示に従い、担当のレーンの競技者が競技に要した時間を計測する。
- (2) 計測は、本協会によって調整された時計を使用する。
- (3) スタートの合図で時計を始動し、競技者がゴールしたときに時計を止める。
- (4) それぞれのレーンで競技が終了した後、速やかに各タイムキーパーの計測結果をまとめ、チーフジャッジに提出する。
- (5) 特別な指示がない限り、チーフレフリーまたはチーフジャッジから「時計を元に戻せ」の指示があるまで時計は戻してはならない。

18. 機械操作員 ※プール競技

- (1) チーフレフリーの指示に従い、装置が正常に機能するように管理し、装置が記録した結果をレコ

ーダーに提出する。

19. レコーダー（記録員）

- (1) 競技者から着順を記した札を回収し、競技結果のリストを作成する。

20. ヘッドスコアラー（総合記録員）

- (1) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示に従い、競技会の組み合わせおよび結果のリストを作成し、全ての記録を管理する。
- (2) 競技結果のリストを、セクショナルレフリー、チーフレフリーの順に回付し署名を得る。
- (3) チーフレフリーの指示により、組み合わせや競技結果を掲示する。
- (4) 組み合わせおよび結果のリストをアナウンサー（MC）に報告する。
- (5) 点数制によって順位を決定する場合は、競技の採点方法に準じ集計する。
- (6) その他、プール競技とオーシャン競技では次のような任務が挙げられる。

① プール競技

(ア) タイムキーパー、フィニッシュジャッジ、またはコンピュータからの記録を整理し競技結果のリストを作成する。

(イ) チーフレフリーから指示された方法により、次のラウンドでの組み合わせおよびレーンを決

定する。

② オーシャン競技

(ア) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーから指示された方法により、次のラウンドでの組み合わせおよびコースを決定する。

21. スクルーティニア（器材検査員）

- (1) チーフレフリーまたはセクショナルレフリーの指示により、第2章「共通競技総則（器材）」および第7章「器材の規格」に準じて競技者および主催団体が提供する競技器材が適切であるか検査する。
- (2) 競技者が使用する器材の検査は競技前、競技中、競技終了後任意に行なうことができる。
- (3) 競技者の使用する器材が競技規則違反の場合は、直ちにチーフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告する。
- (4) 主催団体が提供する競技器材に破損や欠陥がある場合は、直ちにチーフレフリーまたはセクショナルレフリーに報告し、適切な器材と交換する。

22. シミュレーテッド・エマージェンシー・レスポンス競技（SERC）ジャッジ

- (1) 第2章「共通競技規則」および第5章「SERC規則」に準じて、競技者を採点する。
- (2) 本協会の認定審判員資格に加えて、指導員資格を取得していることが望ましい。

23. コンペティター・リエゾン・オフィサー

競技規則、基準および諸手続きに関して助言を与えるために、競技者・コーチ・監督と競技役員との間で連絡をとる役割を持つ。競技者・コーチ・監督からの申し出（コースおよびレーンや安全に関すること）をチーフレフリー、デピュティレフリー、セクショナルレフリー、またはイベントディレクターに助言する。また、競技者・コーチ・監督に対して、抗議や上訴の手続き、その他問題解決のための

最も良い方法を助言・案内をする。

第7章 器材の規格

第7章 器材の規格

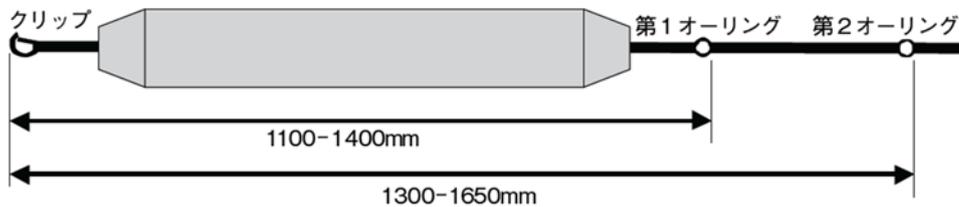
競技会で使用することができる器材は、以下の通りとする。

1. バトン

- (1) 長さ 250mm以上 300mm以下
- (2) 外径 約25mm (±1mm)
- (3) ビーチフラッグスおよびビーチリレーで使用されるバトンは、柔軟な素材（柔らかいホースなど）であること。バトンは、簡単に見分けられるように色のついたものであること。

2. レスキューチューブ

- (1) チューブ本体の全長 875mm以上 1000mm以下
幅 150mm以下
厚さ 100mm以下
- (2) 紐の全長 1900mm以上 2100mm以下
- (3) 肩掛け部分の全長 1300mm以上 1650mm以下
幅 50mm (±5.0mm)
- (4) クリップの先端から第1オーリングまでの長さ 1100mm以上 1400mm以下
クリップの先端から第2オーリングまでの長さ 1300mm以上 1650mm以下
- (5) 総重量 600g以上 780g以下



3. ボード

- (1) 重量 7.6kg以上 [*1]
- (2) 全長 3.2m以下

ビデオカメラ：ボードにカメラを取り付ける場合、装置の製造業者が供給又は推奨している取付け装置及びトグルストラップに取り付けなければならない。カメラはノーズに最も近いストラップからノーズまでのいずれかの箇所に取り付ける。

[*1] カメラを取り付けるためクラフトに恒久的にはめ込まれたプラグの重量は、クラフトの全重量に含まれる。その他の暫定的に取り付けられた器具及びカメラの重量は全重量に含まれない。

4. サーフスキー

- (1) 重量 18.0kg以上 [*2]
- (2) 全長 5.8m以下
- (3) 船体の幅最も広い部分 480mm以上

ビデオカメラ：サーフスキーにカメラを取り付ける場合、装置の製造業者が供給又は推奨している取付

け装置及びトグルストラップに取り付けなければならない。カメラはフットウェル（足を置く部分）の前方に取り付ける。

[*2] カメラを取り付けるためクラフトに恒久的にはめ込まれたプラグの重量は、クラフトの全重量に含まれる。その他の暫定的に取り付けられた器具及びカメラの重量は全重量に含まれない。

5. ウェットスーツ

- (1) 厚さは、5mm以下とし、各部分の厚さの相違は0.5mmまでとする。
- (2) 表面に推進力あるいは浮力を向上させるような加工を施してはならない。
- (3) 内部に浮揚を促す可能性のあるものを入れてはならない。

6. 障害物（危険な部分がないもの）

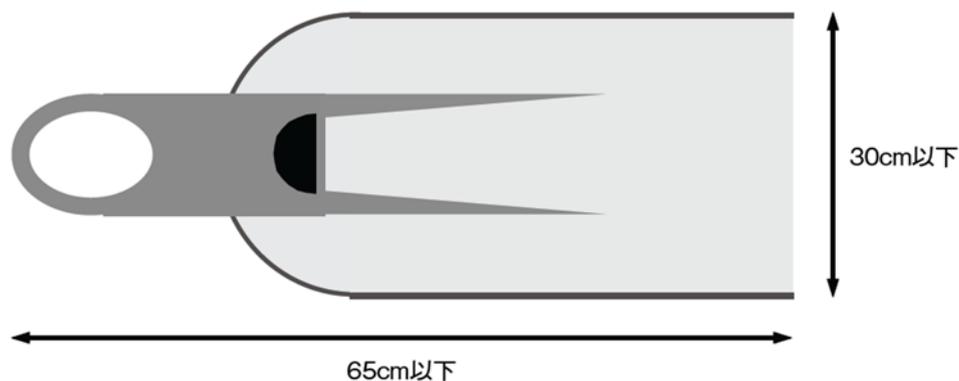
- (1) サイズ : プール競技で使用する障害物は高さ700mm (± 10 mm) , 幅2.4m(± 30 mm)で、危険な部分がないこと。
- (2) フレーム内 : フレームの内側は、ネットもしくは競技者が通過できないものであり、ネットの色は水と対照的な明るい色で、明確に目で確認できること。
- (3) フレーム上部 : 障害物の上部ラインは水面に接するようにし、明確に目で確認できること。障害物のフレーム上部ラインにクロスする浮具を使用することが望ましい。

7. スイムフィン

フィンとは、競技者が履いていない状態で計測される。

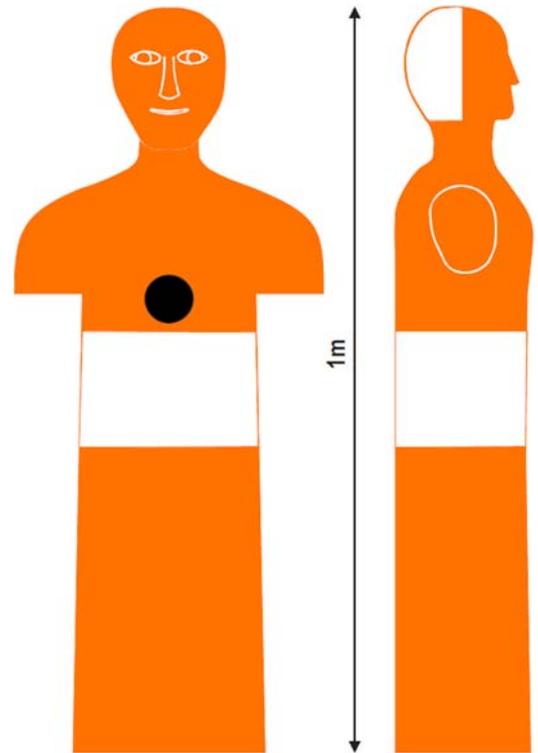
- (1) 全長（「足首部分」または伸ばした状態の踵のストラップを含む） 65cm以下
- (2) 全幅 ブレードの最も広い部分 30cm以下

注意：ネオプレン（又はその他の素材の）つま先靴下を履いてもよい。



8. マネキン

- (1) マネキンは、PITETタイプのプラスチック製の中空中で、プラグを使って密閉され水を一杯に注入したものの。ただし、「100mマネキントウ・ウィズフィン」に使用されるマネキン、および「200mスーパーライフセーバー」に使用される第2マネキンは、マネキン胸部の横ラインの上部が水面と等しく浮くように水を入れる。
- (2) 高さ 1m
- (3) 色 : オレンジ
- (4) 横ライン : マネキンの他の部分および水と対照色であること。



9. スローライン

- (1) スローラインは編まれたもので、形状記憶機能がなくポリプロピレン製で水に浮くもの。
- (2) 直径 8mm (±1mm)
- (3) 長さ 16.5m以上 17.5m以下

10. ブイ

- (1) オーシャン競技に用いるブイは、簡単に見分けられる色であるものとする。

11. 水着

- (1) プール競技およびオーシャン競技で着用される水着は、以下の基準を満たさなければならない。水着の形状（身体を覆う範囲）は次の通りとする。
 - ①男子水着はへそを超えず、膝までとする。
 - ②女子水着は首、肩、腕を覆ってはならず、膝までとする。この基準を満たしているツーピースタイプであれば着用してよい。

男子水着					
フルレングス	ロング	ロングレグス	ニーレングス	スクエアレグ	ショート
禁止	禁止	禁止	許可	許可	許可

女子水着				
フルレングス	ジッパーバック	ニーレングス、 オープンバック	ショート、 オープンバック	ツーピース
禁止	禁止	許可	許可	許可
				

(2) プール競技およびオーシャン競技種目で着用される水着の素材および構造は、次の通りとする。

- ①素材は繊維のみとする。
- ②繊維でないもの、また透過性のないもの（ウェットスーツ等）は認められない。
- ③素材の厚さを最大0.8mmとする。
- ④男子水着の上部または女子のツーピース水着のボトム、トップ、並びに女子のワンピースオープンバック水着の背を留めるための紐を除き、ジッパーまたはその他身体を締め付けるものは使用してはならない。
- ⑤競技者が着用する水着は、浮力を助けるものであってはならない。
- ⑥浮力、鎮痛作用、化学・医学的的刺激、またはその他外部からの刺激および作用のある水着は認められない。
- ⑦水着の素材には、物を貼り付けてはならない（ただし、メーカーのロゴマークやクラブ名などを除く）。

注意：競泳用として国際水泳連盟（FINA：Federation International de Natation）スタンプが押されている水着は全て、JLAの競技会において使用が認められる。

12. 救命胴衣（PFDs: Personal Flotation Devices）

- (1) クラフト競技種目において救命胴衣（PFDs）の着用は任意とする。
- (2) 競技者が着用する救命胴衣は国際規格またはそれに準じるものを強く推奨する。（例えばオーストラリア規格AS4758 L25 flotationまたは同等のもの）。

各種規格に適合しない場合、着用者はリスク評価を完了し、製品に関する安全および取扱いについての指示を全て読むことを推奨する。規格に適合していない救命胴衣の溺水を防ぐ効果は証明されていない。規格を遵守していない場合、他の潜在的な危険性（例えば、フィット感が悪い、海の条件によっては容易に脱げてしまう、動きや呼吸が制限される、など）を呈する可能性がある。

13. ヘルメット

- (1) ヘルメットは、EN1385または同等のものとする。
- (2) ヘルメットの色は、メーカー出荷時のままでも良いが、クラブのデザインまたはキャップに準じたものをプリントするか被せることが好ましい。

第8章 競技会における安全対策

第8章 競技会における安全対策

ライフセービング競技の競技会では、競技者、競技役員、その他関係者の安全が最も優先される。主催者は、安全な競技会運営を行なうために以下のような安全対策を行わなければならない。また、競技者は、自らの安全に責任を持ち、他競技者の安全にも配慮しながら競技に参加しなければならない。

主催者の実行委員会は、安全対策役員を任命する。安全対策役員は、競技会の施設や環境の安全を確保し、競技者、役員、観戦者等の安全のための安全対策、器材、クラフト、手順、および救急隊員が適切に配備されていることを確認する。

第1節 安全対策

1. 安全計画の作成

主催者は、競技会関係者の安全を確保するために安全対策についての計画を作成する。安全計画は、(1) 事故防止のための安全確保、(2) 事故災害が発生した場合の対処を考慮しなければならない。安全計画は、以下の項目について十分に考慮し作成することが望ましい。

- ①意思決定者を含めた指示系統と情報の共有
- ②競技会に使用する設備の管理
- ③レスキュースタッフの役割や配置とレスキュー方法（陸上と水上）
- ④救護所の設備やレスキュー器材
- ⑤利用できる医療機関と搬送方法
- ⑥緊急車両の配置と進入経路
- ⑦気象や災害に関する情報収集方法
- ⑧会場変更のための代替案
- ⑨競技会関係者への情報伝達方法
- ⑩保険

2. 関係諸機関への連絡

競技会を開催する場合には、県、警察、消防、海上保安部、漁協、海を利用する他団体等の関係諸機関へ事前に連絡または届け出を行ない、必要があれば助言を求めることが重要である。

3. 会場の安全確保

(1) 競技エリアの確保

オーシャン競技が行なわれる海岸は多くの利用者があるので、それらの利用者と競技者が接触等の事故を起こさないように、海上はIRBでの見回りを行ない、浜はロープ等でエリアの確保をするとともに放送等を使用して競技会開催の協力をよびかけるようにする。海上におけるウォーミングアップ・エリアや器材置き場については、事前に競技者に周知する必要がある。プール競技は、プールの施設を競技会専用にして競技会を開催する。

(2) 会場の整備

オーシャン競技では、競技者の傷害を防止するためにビーチは十分に清掃する。また、ビーチ競技のコースが公平となるようにビーチの整地を行なうことが望ましい。会場に設置するテントや

看板等の設営物は、強風や突風に備えて十分注意して設営する。プール競技では、事前にプール管理者と打ち合わせを行ない、プール使用についてのルールを競技会参加者に周知する。

4. 開始・中止の判断

主催者は、以下のような自然条件を考慮し競技や競技会の開始や中止等を判断しなければならない。また、気象庁から発表される注意報や警報も重要な判断材料となるため、速やかに情報が得られるよう対策をとらなければならない。

考慮すべき状況		判 断
海	波のサイズ	①競技開始
	波のタイプ	
	セット間	
	水深 / 水底の状況	
	潮流	
	潮の干満	
	くらげ / その他海洋生物	
ビーチ	ビーチの状態	②競技のコース設定の変更
	人工建造物	
	海草 / ゴミ	
気象	天気	③競技の中断 / 再開
	風	
	気温 / 水温	
	雷	
	霧	
その他	日没	④一部競技の中止
	地震	
	火災	
		⑤競技会順延
		⑥競技会中止
		⑦競技会会場の変更

第2節 緊急事態の対応

1. 傷害, 急病, 溺水

直ちに救助・応急手当を行ない、必要に応じて医療機関へ搬送する手配をする。生命に関わる重篤な状態の場合、主催者は競技を一時中断しその後の対応を検討すべきである。

2. 地 震

海岸では設営物に注意を払い、津波に関する情報を入手する。津波の発生が疑われる場合は、競技を速やかに中止し、観客を含む競技会関係者を安全な場所へ避難・誘導する。プールでは、火災や建物の倒壊等二次災害を防止して安全な場所へ避難・誘導する。

3. 雷

海岸で雷が発生した場合、もしくは発生が疑われる場合は、競技を速やかに中止し、観客を含む競技会関係者を安全な場所へ避難・誘導する。

4. 火災

海岸、プール等で火災が発生した場合は、競技を即座に中止し消火活動に努め、必要に応じて119番通報する。また、観客を含む競技会関係者を安全な場所へ避難・誘導する。

【編集委員会】

1993年・初版～1995年・第2版

文珠寺裕之（委員長），小峯力，永井宏，戸田正雄，山口毅，山崎博志，江沢陽子

1997年・第3版

永井宏（委員長），小峯力，山口毅，山崎博志，疋田美貴，江沢陽子，柴田奈美，大西明，中山昭

2004年版・初版

深山元良（委員長），安藤烈，飯塚哲也，泉田昌美，遠藤大哉，塚本隆之，中村勝，川地政夫，
中山昭

〈翻訳協力〉重元典子（旧姓：坂本），根岸賢輔

2006年版・初版

深山元良（委員長），安藤烈，飯塚哲也，池谷薫，泉田昌美，遠藤大哉，木野康信，塚本隆之，
中村勝，渡辺智美，川地政夫，中山昭，荒木雅信

2008年版・初版

深山元良（委員長），安藤烈，飯塚哲也，池谷薫，泉田昌美，木野康信，塚本隆之，中村勝，
渡辺智美，川地政夫，中山昭，三浦慶子，藤然智，荒木雅信

2010年版・初版

深山元良（委員長），飯塚哲也，池谷薫，泉田昌美，橘川克巳，木野康信，塚本隆之，中村勝，
吉田健博，渡辺智美，川地政夫，中山昭，三浦慶子，稲垣裕美

2012年版・初版

塚本隆之（委員長），飯塚哲也，橘川克巳，泉田昌美，渡辺智美，池谷薫，中島重之，藤田善照，
林昌広，深山元良，川地政夫

2014年版・初版

塚本隆之（委員長），橘川克巳，池谷薫，泉田昌美，梶本道彦，中島重之，中島典子，林昌広，
藤田善照，渡邊彩子，相澤千春，堤容子，西嶋智美，宮部周作

2016年版・初版

中島典子（委員長），梶本道彦，栗栖清浩，中島重之，藤田善照，水川雅司，毛利智，塚本隆之，
池谷薫，泉田昌美，林昌広，宮部周作（ILSスポーツ委員），国際室

2018年版（2018.07.13版，2018.07.20版）

編著：中島典子，中島重之，藤田善照，梶本道彦，栗栖清浩，水川雅司，栗生賢一，松永祐，毛利智
協力：宮部周作（ILSスポーツ委員），西嶋智美（国際室），西山俊（アスリート委員会）

ライフセービング競技規則

1993年 5月20日	初版発行
1995年 3月20日	第2版発行
1997年 9月 1日	第3版発行
2004年 4月10日	2004年版 初版発行
2007年 4月25日	2006年版 初版発行
2008年 4月23日	2008年版 初版発行
2010年 4月12日	2010年版 初版発行
2012年 9月 1日	2012年版 初版発行
2014年 5月27日	2014年版 初版発行
2017年 4月 1日	2016年版 初版発行
2018年 7月13日	2018年版 (2018.07.13版) 発行
2018年 7月20日	2018年版 (2018.07.20版) 発行

- ◆編集 日本ライフセービング協会 競技運営・審判委員会
◆発行 日本ライフセービング協会
〒105-0013 東京都港区浜松町2-1-18 トップスビル
TEL : (03) 3459 1445 / FAX : (03) 3459 1446

(無断転載を禁ず)



JAPAN LIFESAVING ASSOCIATION