

## 2026年度 SUPA 全日本選手権/SUPA 公認大会レギュレーション

### SUP レースクラス

**(予選)** 各地区 SUPA 公認大会における全日本出場基準は以下のとおり

- SUPA 会員であること（全日本含む）  
※予選時点で会員でない場合は予選に出場しても出場権の獲得は出来ない。
- SUP レース大会規約（2024.01 Rev2.3）に準ずること
- 大会参加時は、SUPA 会員証を提示または会員であることを証明できる資料を提示すること。  
※会員証がお手元にない場合は、SUPA ホームページまたは SUPA 事務局までご確認ください。  
※公認インストラクターは SUPA 会員である。
- 各地区公認大会におけるエリートクラスの全日本出場権獲得は、制限時間内（5 Km は TOP がフィニッシュしてから 20 分を基準とし、1 Km ごと距離が長くなれば、10 分加算とする）で完走した選手のうち、上位 50% 以上がエリートクラス、オープンクラスでは完走者のみが出場権を獲得する。
- 各地区公認大会は全日本選手権の予選とし、ディスタンスは原則 5 k m 以上とするが、気温、天候およびポイントの制限等で、距離が短くなった場合は、SUPA 競技委員会の協議後、予選レースとして妥当と判断した場合は、短くなった場合でも出場権を同条件で獲得できる。

### (2026年度全日本 S U P 選手権)

- SUP レース大会規約（2024.01 Rev2.3）に準ずること
- ジュニア（中学生）クラス/Kids（小学生以下）クラスは SUPA 会員でなくても可。
- 年齢は、当年 1 月～ 1 2 月末 当年の 1 月 1 日時点とする。

| クラス   | カテゴリ                                       | 年齢制限              | ディスタンス<br>レース | テクニカル<br>レース |
|---|--|-------------------|---------------|--------------|
| a. エリートクラス（男女）<br>14.0ft以下のボード<br>（ボード形状、長さ、幅、重さ、材質に制限はなし）  | スペシャルエリート 年齢制限なし                           | なし<br>～29歳<br>含む  | 18km以内        | ○            |
|   | エリート 3 0                                   | 30-39歳            |               |              |
|   | エリート 4 0                                   | 40-49歳            |               |              |
|   | エリート 5 0                                   | 50-59歳            |               |              |
|   | エリート 6 0                                   | 60-69歳            |               |              |
|   | エリート 7 0                                   | 70歳～              |               |              |
| c. オープンクラス（男女）  | 14.0ft以下のレースボード<br>（幅、重さ、材質に制限はなし）         | なし<br>年齢別<br>表彰あり | 6km以内         | ○            |
|   | 14.0ft以下のインフレーターボード<br>（SUPA認定のインフレーターボード） |                   |               |              |
|   | 12.6ft以下のレースボード<br>（幅、重さ、材質に制限はなし）         |                   |               |              |
|   | 12.6ft以下のインフレーターボード<br>（SUPA認定のインフレーターボード） |                   |               |              |
|   | チャレンジクラス(旧オールラウンドクラス)<br>（長さ、重さ、材質に制限はなし）  |                   |               |              |
| d. フレッシュマンクラス（男女）<br>✓「フレッシュマン」とはSUP経験1年以内の方で<br>自己申告制とする。  | 14.0ft以下のボード<br>（ボード形状、幅、重さ、材質に制限はなし）      | なし                | 6km以内         | ×            |
| e. ジュニア（中学生男女 中学1年生～3年生）クラス<br>✓予選会でのこのクラスの開催可否は主催者判断<br>✓全日本についてはエリートクラス/<br>オープンクラスとのダブルエントリーは不可<br>✓予選会なしのエントリー受付とする | 14.0ft以下のボード<br>（ボード形状、幅、重さ、材質に制限はなし）      | あり                | 6km以内         | ×            |

| クラス   | カテゴリ                                     | 年齢制限 | ディスタンスレース | テクニカルレース |
|---|--|------|-----------|----------|
| f. Kids (小学生男女、高学年 小学4年生～6年生) クラス<br>✓予選会でのこのクラスの開催可否は主催者判断<br>✓全日本についてはエリートクラス/<br>オープンクラスとのダブルエントリーは不可<br>✓予選会なしのエントリー受付とする | 14.0ft以下のボードクラス<br>(ボード形状、幅、重さ、材質に制限はなし) | あり   | 6km以内     | ×        |
| g. Kids (小学生男女、低学年 小学1年生～3年生) クラス<br>✓予選会でのこのクラスの開催可否は主催者判断<br>✓全日本についてはエリートクラス/<br>オープンクラスとのダブルエントリーは不可<br>✓予選会なしのエントリー受付とする | 14.0ft以下のボードクラス<br>(ボード形状、幅、重さ、材質に制限はなし) | あり   | 3km以内     | ×        |

※なお、以上のレギュレーションは 2026 年度のものとする。

2027 年度以降は、エリートクラスの全日本出場権獲得者のうち SUPA 公認大会ポイントランキングから Men は Top30、Women は Top10 をスペシャルエリートとする。

### (オープンクラス 年齢別クラス)

- ① ～12才 12 & Under Junior
- ② 13～15才 15 & Under Junior
- ③ 学生クラス (SUPA 学生会員のみ)
- ④ 16～39歳
- ⑤ 40～49歳
- ⑥ 50～54歳
- ⑦ 55～59歳
- ⑧ 60～64歳
- ⑨ 65～69歳
- ⑩ 70歳 ～

表彰状および記念品の贈呈

### (大会中止基準)

原則、以下を中止基準として定める。基準以下であっても、安全に大会が開催できるよう主催者が適切な判断をすること。

風速 10m/s 以上 波高 2m 以上 津波注意報以上中止

## SUP サーフィングクラス

**(予選)** 各地区 SUPA 公認大会における全日本出場基準は以下のとおり

1. SUPA 会員であること
2. ジャッジ基準は NSA のジャッジ基準 (<https://www.nsa-surf.org/basic/rule/>) に準ずること
3. インターフェアランス/プライオリティー：ルール（2018.10.23 公開）の適用を推奨すること
4. クラス分けについては、原則スペシャル/オープンとするただし、募集人数によってクラス分けできない場合は大会エントリー登録クラスに基づきポイントが付与される
5. 全日本出場権獲得については、SUPA 公認大会（予選会、東日本、西日本選手権大会含む）において、ラウンド 1 通過選手は当該カテゴリーのスペシャルクラスに出場可能
6. SUPA 公認大会（予選会）において、ラウンド 1 通過選手またはリパチャージ通過選手は当該カテゴリーのオープンスPECIAL、オープンクラスに出場可能
7. SUPA 公認大会（予選会）において、出場した選手はオープンクラスのみに出場可能
8. 前年度の全日本選手権各クラスのファイナリストには全日本選手権の出場権を与える
9. ヒート時間の前提：予選 13～15 分、ファイナルは 15～20 分を推奨
10. 最低 1 ラウンド 4 ヒート以上推奨（ヒート人数は規定しない）
11. 各地区公認大会でのダブルエントリーは主催者の判断可否による
12. 大会参加時は、SUPA 会員証を提示または会員であることを証明できる資料を提示すること。

### (2026 年度全日本 SUP 選手権：開催案内)

※ジャッジ基準は NSA のジャッジ基準に準ずる

※インターフェアランス/プライオリティー：ルール（2018.10.23 公開）の適用する

| クラス・カテゴリ |                 | 年齢制限  |
|----------|-----------------|---|
| ショートクラス  |                 |   |
| a.       | スペシャル（男女）       | 男子・女子<br>スペシャル 年齢制限なし<br>オープンスPECIAL ～39歳<br>マスタースPECIAL 40～                        |
| b.       | オープンクラス（男女）     | 男子<br>ジュニア ～17歳<br>メンクラス 18歳～39歳<br>マスタークラス 40歳～59歳<br>カフナクラス 60歳以上<br>女子<br>年齢制限なし |
| ロングクラス   |                 |   |
| a.       | ロングスペシャルクラス（男女） | 年齢制限なし 9.0ft以上のボード使用が前提   |
| b.       | ロングオープンクラス（男女）  | 年齢制限なし 9.0ft以上のボード使用が前提   |

## SUP サーフィンルールについて

※ライディング採点基準はNSAルール (<https://www.nsa-surf.org/basic/rule/>) を採用する。

※インターフェアランス/プライオリティー：ルール（2018.10.23 公開）を適用する。

※競技時間及びレギュレーションは以下の通りとする。

- 1) 1ヒート基準とし13分～15分 に設定する  
【ファイナルヒート 基準とし15分～20分を目安とする】  
R1～セミファイナル 13～15分：ベスト2～4 マキシム 8～12  
ファイナル 15分～20分：ベスト2～4 マキシム 10～12  
【波のコンディションによりコンテストディレクターとヘッドジャッジによって決定する】
- 2) 基本ウェーブカウントは選手各自にて管理し競技に臨む  
【競技中、放送にて競技時間の経過、タイムスケジュール進行を行う】  
【競技中に選手の希望にてウェーブカウントアナウンスも対応出来る限りにて行う】
- 3) ヒートスタート前の選手はスタンディングをしてはならない  
【ゲティングアウト時も同様スタンディングを行ってはならない】  
【身体上の都合にてやむをえない場合は例外とする】
- 4) ヒート中の波待ち時は、原則スタンディングとする  
【波のコンディションによりコンテストディレクターとヘッドジャッジによって決定する】
- 5) ヒート中のゲティングアウトはスタンディング、ニースタンド、腹ばいを問わない  
【ヒート選手のライディングの邪魔にならない様に指定されたポジションからゲットする】
- 6) SUP サーフィンのテイクオフについて  
【選手がパドルリングを開始し、波の前に出たらテイクオフしたとみなす】
- 7) 競技時間はオフィシャルによって計測され、ホーンにて告知する  
【 開始時 1回 終了時 2回 】
- 8) 競技時間はタイムパネル（旗の場合もあり）によっても表示を行う  
【開始時 緑 終了3分前 黄 終了時 赤 】
- 9) 競技開始は通常沖のラインナップから行うが、状況によりビーチスタートで行なう場合がある
- 10) 競技終了はアナウンスで終了5秒前から1秒毎にカウントダウンし「0」のコールと同時に鳴らされる  
1回目のホーンによる
- 11) 運営側にて、タイムテーブルを会場アナウンスにて周知を行う  
【基本的に選手は個々のタイムテーブルを確認し自己調整を行わなければならない】
- 12) 競技時間内にマキシムウェーブを満した選手は速やかに腹ばいにて退水しなければならない  
【マキシムウェーブを満しなお、退水しない選手は罰則対象となる可能性がある】
- 13) ヒート途中での競技時間延長は行わない  
【何らかの理由により競技が中断された場合、その時点から再スタートし、残り時間を競技時間とする】

- 1 4) 採点方法はベストウエーブの合計得点の高い順に順位をつける  
【例、ベスト2 ウエーブの合計点数を計算して順位を決めるが、同点の場合はベスト1にて決める】  
【ベスト1にても同点の場合はベスト3、4、5にて同点が崩れるまで繰り返される】
- 1 5) 一度コールされたヒート結果については覆す事は出来ない  
【ヒート結果を変える事はできないが、指摘内容、意見内容を参考意見とし申し入れできる】
- 1 6) 選手はインターフェアレンスの判定に関する問い合わせなどについて、プロテストの手続きを取ることでヘッドジャッジに対し説明を求める権利を有する  
【プロテストシートに必要事項を記載し、ヘッドジャッジとの話し合いが可能。話し合いは当事者のみが参加できる。プロテストは大会会場でのみとする】
- 1 7) 正式タイムスケジュールはコンテストディレクターとヘッドジャッジによって決定する  
【減点及び指導、指摘は同様、コンテストディレクターとヘッドジャッジによって決定する】
- 1 8) コンテスト（競技）エリアフラッグを設置し競技を行う  
【ヒート参加選手は競技エリアフラッグ内にて競技する】
- 1 9) 明らかに競技エリアフラッグ外からのライディングは採点対象外とみなす  
【何度となくエリアフラッグ外からのライディングを繰り返す選手は採点対象外となる】
- 2 0) ヒートに臨む選手はゼッケンカウンターにてゼッケンを受け取りその場にて着用する  
【ゼッケン返却時もゼッケンカウンター迄着用しゼッケンカウンターにて脱ぐ事とする】  
【ゼッケン未着用選手は失格処分とする】
- 2 1) ジャッジ、大会スタッフ、その他大会関係者に対し社会通念上、スポーツマンとしてあるまじき行為を行った選手はペナルティまたは失格とする  
【暴言や暴行、危険行為、破壊行為、SNS等による誹謗中傷、指導、指摘に対応しない選手は失格処分とする】  
【インアリー、アップアフター、マキシмумオーバー、ゼッケンの不着用、過度なパドリングマークなど競技規定に定められた反則行為をジャッジ、ビーチマーシャルの再三の警告に従わず続けた場合はペナルティを科す】  
【ペナルティは、訓告（厳重注意）、1試合出場停止（当該試合の権利はく奪を含む）、年間全試合出場停止がある。過度な行為については追加処分の可能性もある】
- 2 2) 大会（イベント）がなんらかの理由にて途中で中止になった場合はそのラウンドに残った選手でポイントを均等に分配するものとする  
【一度中止になった大会は再試合しないものとする】

## （大会中止基準）

原則、以下を中止基準として定める。基準以下であっても、安全に大会が開催できるよう主催者が適切な判断をすること。

風速 15m/s 以上 波高 5m 以上 津波注意報以上中止