

2019-2020 ルール規定（国内運用ルールからの抜粋）

*鹿児島県から国体参加を目指す方は、**赤枠の部分**に注意をして用具の確認・準備をしてください。

*国体不参加で、4県大会を楽しみたい選手の方は、ルール規定に当てはまらない用具でも大丈夫です。ですが、ケガ等にはくれぐれもご注意ください。

●スキー用具適用一覧（抜粋）

種目	DH		SG		GS		SL		
	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	
1.2.1.2.2	ビンディングより前方部分の最大スキー幅	シニア 95mm以下	ユース -	シニア 95mm以下	ユース -	103mm以下	103mm以下	-	-
1.2.1.2.1	ビンディング下部のもっとも細い部分の幅	シニア 65mm以下	ユース -	シニア 65mm以下	ユース 65mm以下	65mm以下	65mm以下	63mm以上	-

スキー高	スキー板+プレート+ビンディング	50mm以下 全種目/全カテゴリ/男女共通
------	------------------	-----------------------

ブーツ高	すべてのハードおよびソフトパーツを含む ヒールの底部からスキーブーツソールまでの間隔	43mm以下 全種目/全カテゴリ/男女共通
------	-----------------------------------------------	-----------------------

ヘルメット	全てのFIS及びSAJ公認大会では、新規格対応表示（FISステッカー[RH2013]）が明示されているヘルメットの着用を義務とする。 新規格ヘルメットルールはDH、SG、GS競技に適用される。 公式用品ルール6.2.4によりヘルメットにはメーカー公式付属品以外の装着は禁止とする。 SLでは、ヘルメットの耳部分のソフトパッドの使用を認めるが、EN1077またはASTM2040認証が必須である。（SAJレースにおいては推奨） ナショナルエンブレムの貼付はナショナルチーム及び日本代表チームとして海外で競技に参加する場合は必須とする。	
-------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

種目	カテゴリ/大会	DH		SG				GS				SL			
		女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子				
		スキー長 (cm) 及びラディウス (m) *表記はどれも最小値													
		スキー長	ラディウス	スキー長	ラディウス	スキー長	ラディウス	スキー長	ラディウス	スキー長	ラディウス	スキー長	ラディウス	スキー長	スキー長
COC	コンチネンタルカップ	210	50	218	50	205	40	210	45	188	30	193	30	155	165
FIS/NC	FISレース 全日本選手権	205	50	213	50	200	40	205	45	183	30	188	30	155	165 *1
SAJ-A級	インカレ 学生チャンピオン	-	-	-	-	200	40	205	45	183	30	188	30	155	165
	インターハイ・高校選抜 (高1早生まれ含む)	-	-	-	-	200	40	205	45	183	30	188	30	155	165 *1
	国民体育大会 (中学3年、高1早生まれ含む)	-	-	-	-	-	-	-	-	183	30	188	30	-	-
SAJ-B級 (ユース競技会以外)	B級大会 (中学3年、高1早生まれ含む)	205	50	213	50	200	40	205	45	183	30	188	30	155	165 *1
○SAJ-A級ユース競技会 ・全国中学 ・JOCジュニアオリンピックカップ ・全日本ジュニア選手権SG 中学生の部 ・全日本選抜ジュニア選手権SG中学生の部	K2 (U16) 高校1年早生まれ 中学1年~3年	-	-	-	-	175	27	175	27	188以下	17	188以下	17	130	130
		183以上 推奨*2	30以上 推奨*2	183以上 推奨*2	30以上 推奨*2										
○SAJ-B級ユース競技会	K1 (U14) 小学5年~6年	-	-	-	-	スキー長・ラディウス共に 体格、体力、技能に適應したスキー				130	14	130	14	130	130
						188以下 推奨*2	17以上 推奨*2	188以下 推奨*2	17以上 推奨*2						