

## 第7章 ライフル ルール (RR)

10mエアライフル個人  
10mエアライフルミックス  
50mライフル  
300mライフル  
300mスタンダードライフル  
団体種目

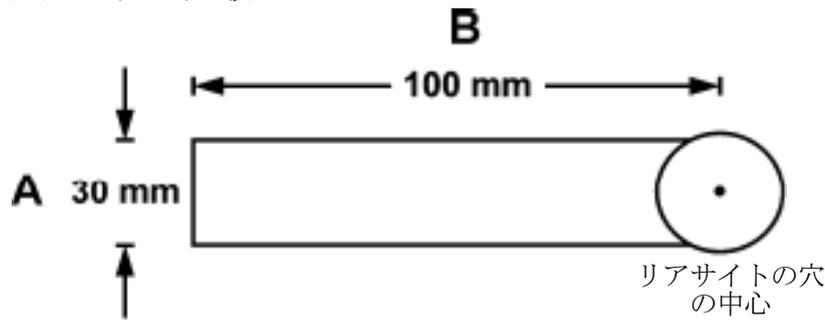
第7章 ライフル ルール (R R) .....

7.1 通則 .....  
7.2 安全 .....  
7.3 射場および標的基準 .....  
7.4 ライフルと弾薬 .....  
7.5 服装規定 .....  
7.6 競技運営手順および競技ルール .....  
7.7 ライフル種目 .....  
7.8 索引 .....

ライフル ルール (R R) 国内適用規定 .....

- 7.1 **通則**
- ※7.1.1 このルールは I S S F のテクニカルルールの一部であり、すべてのライフル種目に適用される。
- 7.1.2 すべての選手、チームリーダーおよび役員は I S S F ルールを熟知し、ルールの効力を保証しなければならない。ルールに従うのは選手の責任である。
- 7.1.3 右選手に適用されるルールは、左選手の場合、その逆が適用される。
- 7.1.4 特に男子種目または女子種目に限って適用されるルールの他は双方に同様に適用されなければならない。
- 7.2 **安全**
- 安全は最重要事項である。
- I S S F 安全ルールは G T R 6. 2 を参照。
- 7.3 **射場および標的基準**
- 標的および標的基準は G T R 6. 3 を参照。射場の規格およびその他設備は G T R 6. 4 を参照。
- 7.4 **ライフルと弾薬**
- 7.4.1 **ライフルの共通規格**
- 7.4.1.1 **単発式ライフル** 1 発ごとに手で装填しなければならない単発式のライフルのみが使用できる。ただし、300mスタンダードライフル種目においては、国際ミリタリースポーツ評議会（C I S M）の300mライフル種目で使用できるライフルについては、事前に用具検査を通れば、使用することができる。
- 7.4.1.2 **1 種目 1 ライフル** 1 種目の予選、本選、ファイナルラウンドでは 1 丁のライフルしか使用が許されない。機関部、銃身およびストックの交換は、着脱式のバットストックの交換を除いては、許されない。機関部、銃身およびストックに取り付けられたアクセサリーの交換はできる。機能しなくなったライフルは、ジュリーの承認があれば、G T R 6. 13. 3 に従い、交換することができる。
- 7.4.1.3 **動きまたは振動の減衰システム** 弾が発射される前のライフルの振動や動きを能動的に減衰、減速または最小化させるような装置、機構またはシステムは禁止される。
- 7.4.1.4 **ピストルグリップ** 右手のグリップの部分はスリングや左腕に当たらないように適合または調節しなければならない。
- 7.4.1.5 **銃身と延長チューブ** にはいかなる方法によっても穴を開けてはならない。コンペンセーターおよびマズルブレーキは、ライフルにおいては、禁止される。銃身、延長チューブの内面はライフルリングまたは薬室の加工を除き、いかなる加工や部品の取り付けも禁止される。延長チューブは、用具検査により競技前検査または再検査で詳細に検査されなければならない。
- ※7.4.1.6 **サイト** フロントまたはリアサイトに明るいレンズまたは色付きレンズまたは偏光フィルターをつけることはできるが、拡大レンズを内蔵することはできない。このような装置には、レンズが非拡大レンズであることを示すために、赤色などのはっきりとわかる識別表示を付けなければならない。このルールの意図は、選手が見ている照準画像を拡大する望遠鏡としてはたらく「レンズ機構」の使用の禁止である。この唯一の例外は、リアサイトの内側ではなく外側に取り付けられた、選手が照準画像を鮮明に見るための光学矯正用の 1 枚のレンズだけである。それに加えて、コンタクトレンズや眼内レンズ（水晶体置換レンズ）の着用は、選手が射撃以外でも通常に見るために必要不可欠なものであり、照準画像を拡大する目的の為の外部装着装置ではないので、許される。
- a) 光の増感装置、光学式サイト、光学機器またはスコープをライフルに装着することはできない。
- b) 1 枚の矯正レンズをリアサイトにのみ取り付けてもよい。もしくは選手は矯正レンズまたは色付きレンズを着用することもできる。
- c) 撃発機構を作動するようにプログラムされた照準装置はどのような物も禁止される。
- d) 目かくし板をライフルまたはリアサイトに取り付けることはできる。目かくし板は高さ 30mm 以内（A）で、リアサイトの穴の中心から照準に用いない眼の方向に 100mm 以内（B）のものでなければならない。照準に用いる眼の側に目かくし板を使用することはできない。そして、右肩に銃を当て左眼で照準する場合、拡大レンズ等の機能のない、プリズムや鏡を利用した装置を使用してもよい。この様な装置は右肩に銃を当て右眼を使用する場合には使用してはならない。その逆も同様である。

## リアサイトの目かくし板



- e) エアライフルおよびスタンダードライフルにおいて、フロントサイトの筒は、リアサイトを通して見た時に円形でなければならず、水平を見るために使われる外部に突出した形状または追加物があるてはならない。フロントサイトの内部にある水平および／または垂直を見るための物は許される。

### 7.4.1.7

電気式トリガーは次の条件で使用を許される。

- a) 全ての構成部品はライフルの機関部または銃床に内装されていること。従って電池やコードが外側から見えてはならない。
- b) 引金は右利きの選手は右手で、左利きの選手は左手で操作されること。 c) 全ての構成部品は用具検査の際にはライフルに装着されていること。
- d) 全ての構成部品が装着されたライフルは寸法および重量がルールに適合するものであること。

### 7.4.2

#### 300mスタンダードライフルと10mエアライフルの規格

このルールで定められた寸法は 7.4.4.1 のライフル規格図および 7.4.4.2 のライフル規格表にも示されている。

#### 7.4.2.1

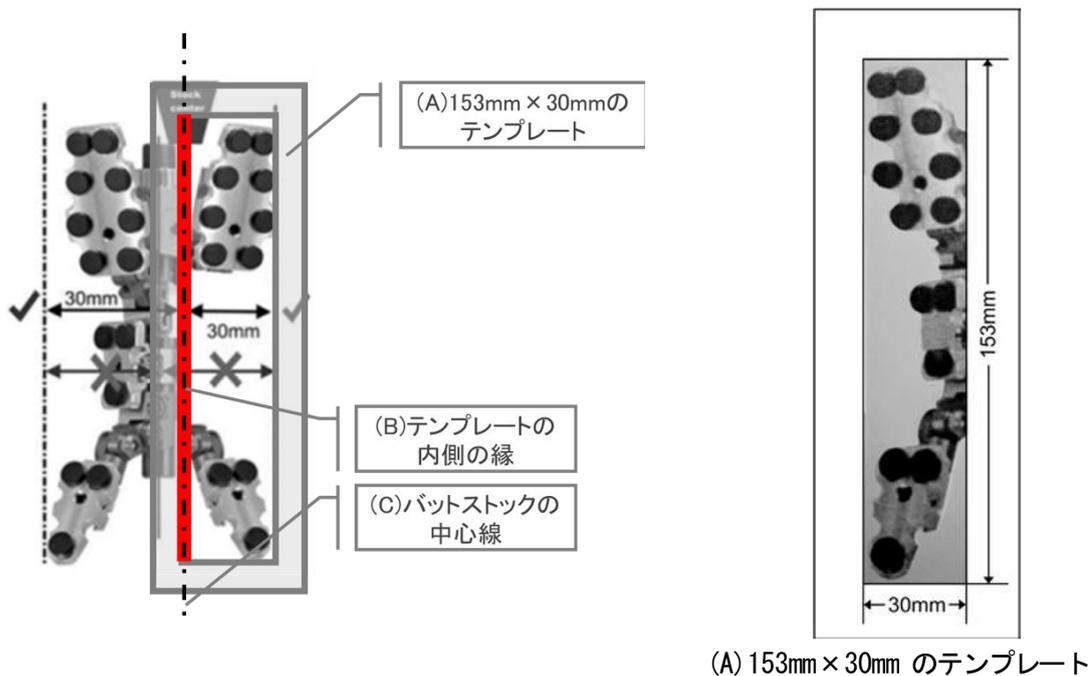
##### 定義

以下の定義はライフルルールにおけるライフルの部分に関する疑問を排除することを含んでいる。

- a) **ストック**：ライフルの基本的フレームであり、銃身とアクション、サイト、ピストルグリップおよびバットストックが取り付けられたものである。伝統的な木製ストックのライフルでは、ストックはフォアエンド、チークピース、ピストルグリップおよびバットストックを組み込んだ一体型部品である。
- b) **バットストック**：ライフルのピストルグリップとバットプレート間の部分である。ストックの最も後ろの張り出し部分であり、銃身軸線に対し両側にオフセットすることができる。バットストックの最下点は、銃身軸下140mmを超えてはならない。この制限は木製ストックのライフルには課されない。バットストックには調節可能なバットプレートを装着することができる。バットプレートは銃身軸下140mmの制限には含まれない。
- c) **バットプレート**：バットストックの端に取り付けられる可動式部分で、通常、射撃姿勢をとった時、選手の肩に接する。全幅は30mmを超えてはならない。バットプレートは上下に動かすことができ、バットストックの中心線から左右にオフセットおよび／または垂直軸および／または水平軸に対して回転することができるが、どの部分もバットストックの中心線から30mmを超えて左右に突出してはならない。複数部品から成るバットプレートを使用する場合、それぞれの部品を右または左に回転させることはできるが、全ての部品が全幅30mm以内になければならない。カーブの深さは、肩が接している部分の最も低い部分を測って20mmを超えてはならない (7.4.4.2.g)。

内側の長さが153mm×30mmのテンプレート(A)はバットプレートの全幅を調べるのに使うことができる。バットプレートは、このテンプレート(A)の内側にはまり、バットストックの中心線から30mmを超える部分がなければ使用できる。テンプレートの内側の縁(B)はバットストックの中心線(C)の基準線として使用されるべきである。

(参照図)

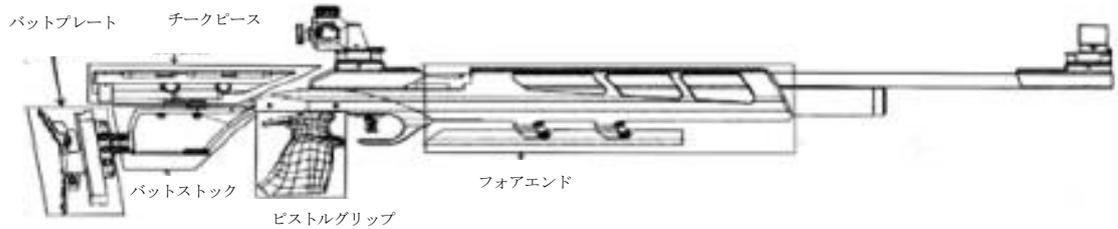


- d) **チークピース**：ライフルの選手が頭もしくは頬を置く部分。木製ストックの一部となっていたり、もしくは上下および側方に調整できるアタッチメントである。側方に移動させる場合、その外側の縁は、バットストックの中心線から40mmを超えることはできない。チークピースの表面に柔らかい素材の物質を付けることはできる。
- e) **フォアエンド**：選手が銃を支える手が触れる銃身下のストック前方部分のことである。厚さに関して調整できるかまたは動かすことのできる部分を有しているが、それらの表面は直線的で平滑でなければならない。その部分を下げることではできるが、その最下点は銃身軸線から140mmを超えてはならず、なおかつその幅は60mmを超えてはならない。調節可能部分の上部のフォアエンドの幅が狭い場合、左右にオフセットすることができるが、その外側の縁は銃身軸線から30mmを超えてはならない。グリップ力を増すような物質を付けることはできないし、手形等を作ることでもできない。

注) フォアエンドのエクステンション(拡張部)はパームレストではない。そのため、取り外しが可能であったとしても、7.6.1.3.g に違反することにはならない。

- f) **ピストルグリップ**：ピストルグリップは銃軸線を含む垂直面から側方に60mmを越えて張り出しはならない。また、最下点は銃身軸線から160mmを超えてはならない。グリップ力を増すような物質を付けることはできないし、手形等を作ることでもできない。  
「解剖学的形状」とは、「特定の選手の手フィットするように、メーカーが供給するオリジナルのグリップに素材を追加または削除すること」と解釈できる。グリップは下図のように滑らかであるべきであり、個々の指や親指の形状に合わせて成形されるべきではない。3Dプリンターで製造されたものや格子構造のものは、選手の手手に個別にフィットするように成形されていない限り許される。
- g) サムホール、サムレスト、パームレスト、ヒールレストおよび水準器は禁止される。サムレストとは選手の引き金を引く手の親指を置くことができるようにピストルグリップの側方の突出部や拡張部のことである。ヒールレストとは手の滑りを防ぐために設計されたピストルグリップ下部の側方に作られた突出部または拡張部のことである。パームレストとは7.4.5.2で定義されているもので、50mmライフルのみに許されるものである。

注) この図は a) ~ g) に記載された部分の位置を表示するためのものである。



#### 7.4.2.2

#### ウエイト

a) 銃身ウエイトは銃身軸を中心とした半径30mmの円内に収まるもののみ許される。

銃身ウエイトを銃身に沿って動かすことはできる。

フロントサイトの下部に取付けられたウエイトは銃身ウエイトとはみなされないが、装着したときのライフルの総重量が許容最大値を超えてはならない。これは、Scattなどのデバイスを取り付けるために銃身下部に固定された固定具やマウントアダプターにも適用される。ファイナルで取り付けられたデバイス本体は、総重量には含まれない。

(固定具を取り付けなければならない範囲は、今後のISSF出版物で指定される予定。)

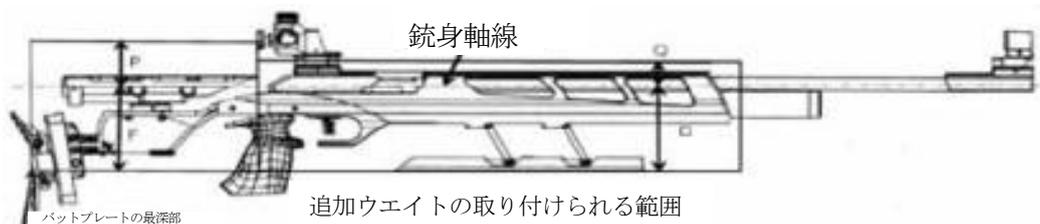
b) バットストックから突出する装置またはウエイトはバットストックに固定される形(ビス止めまたはその他の固定方法)で取り付けられていなければならない。それらは、バットストックの中心線から25mmを超えて側方に突き出たはならず、銃身軸線から140mmを超えて下方に突き出たはならない(7.4.4.2.f)。

c) 銃身ウエイト以外のウエイトはライフルのどの部分にも装着ができるが、次の図またはa)の上にある図で示す範囲内に限られる。フォアエンドの下側に取り付けられるウエイトについては、水平方向(側方)には、チークピースの最大拡張幅(J1)を超えて取り付けることはできない。バットストックに取り付けられるウエイトは、バットプレートの最深部を通る垂直線より後部に突き出して配置することはできない。

d) ウエイトはライフルから不意に外れたり位置を変えたりしないように、半永久的な方法でしっかりと取り付けられなければならない。ウエイトを取り付けるのに見える形での粘着テープの使用は禁止される。次の図に示す限られた範囲にしっかりと取り付けられた市販品の金属ウエイトは容認できるものである。

選手は、放送や写真を通じてオリンピック種目の紹介となる事をふまえ、自身と使用している用具のイメージに気を使うこと。従って、ライフルとその付属品が粘着テープや結束バンドのような間に合わせの方法で取り付けられているように見られないようにすべきである。自動車のホイールバランス用の鉛のウエイトは許されるがその大きな塊は見苦しいので可能であれば隠すようにするか使用を避けるべきである。

寸法についてはライフル規格図 7.4.4.1 およびライフル規格表 7.4.4.2 参照



#### 7.4.3

#### 300mスタンダードライフルのみの規格

すべての300mスタンダードライフルはライフル規格表の寸法および以下の制限に合っていないなければならない。

a) 引金の重さは1500g以上。引金の重さは銃身を垂直にした状態で測定されなければならない。引金の重さの検査は最終シリーズ終了直後に行われなければならない。最大3回の錘持ち上げ検査が許される。検査に合格しなかった選手は失格となる。

※ b) すべての姿勢で同一のライフルを改変なしで使用しなければならない。バットプレートおよびハンドストップの調節またはフロントインサートの変更またはリアサイトまたはアイピースの調節は許される。競技中のチークピースの取り外しは、銃身クリーニングおよびボルト

交換のために、ジュリーの監督下、行うことは許されるが、再装着する際にその位置を変えることはできない。クイックリリースファスナー（調整を容易にするための蝶ネジ等）の使用は許されず、本射中はライフルから取り外していなければならない。

- c) 延長チューブも含めた銃身の全長は、遊底面から外見上の銃口までで、762mmを超えてはならない。

追7.4.3-2  
ハンティングライフル

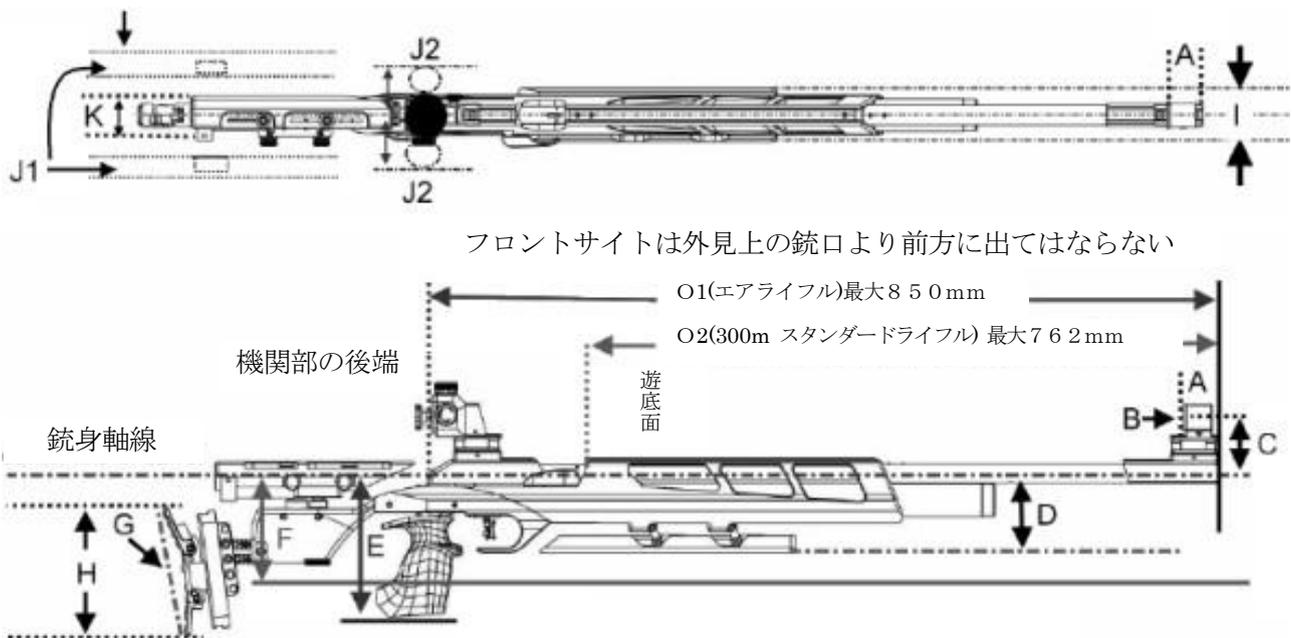
#### 7.4.4 10mエアライフルのみの規格

すべての圧縮空気またはガスライフルはライフル規格表の寸法および以下の制限に合っていないなければならない。

- a) エアライフルシステムの全長は、機関部の後端から外見上の銃口までで、850mmを超えてはならない。  
b) フロントサイトは外見上の銃口から前方に出てはならない。  
c) どのようなエアライフルも7.5ジュールを超えてはならず、**F** が付けられていなければならない。

追7.4.4-2  
ビームライフル

#### 7.4.4.1 ライフル規格図（エアライフルとスタンダードライフル）



7.4.4.2 ライフル規格表

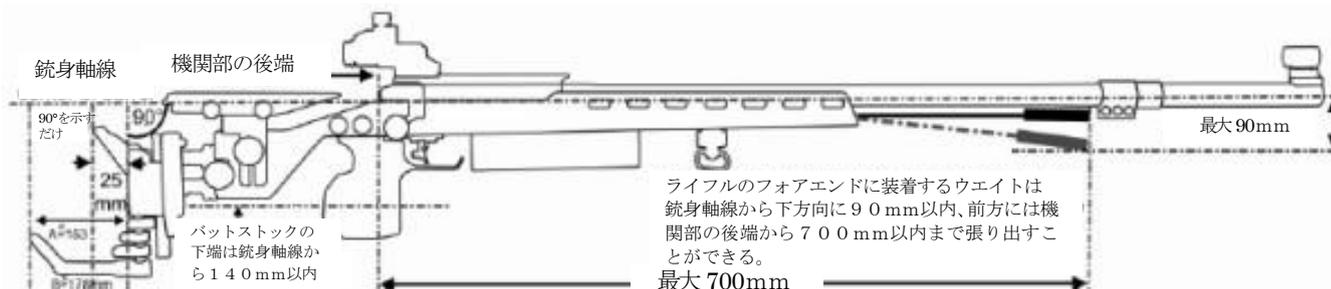
C、D、E、F、J1、J2、P、Qの長さは銃身軸線より測定する。

記号	測定部位	300m スタンダード ライフル	エア ライフル
A	フロントサイトのチューブの長さ	50mm	50mm
B	フロントサイト（円形でなければならない）のチューブの外径	25mm	25mm
C	フロントサイトリングの中心またはポストサイトの先端から銃身軸線までの距離	80mm	80mm
D	フォアエンドの高さ	140mm	140mm
E	ピストルグリップの下端まで	160mm	160mm
F	ピストルグリップからバットプレートまでの間のバットストックの下端までの長さ（木製ストックには適用されない）追加ウエイトの最下点	140mm	140mm
G	バットプレートの深さ	20mm	20mm
H	バットプレートの長さ	153mm	153mm
I	フォアエンドの幅	60mm	60mm
J1	銃身軸線を含む垂直面からのチークピースの最大幅	40mm	40mm
J2	銃身軸線を含む垂直面からのピストルグリップの最大幅	60mm	60mm
K	バットプレートをオフセットする場合のバットストック中心線からバットプレート最外端までの距離。（7.4.2.1）	30mm	30mm
L	引き金の重さ（最小値）	1500g	制限なし
M	サイトを含む最大重量（使用する場合ハンドストップも含む）	5.5kg	5.5kg
N	フロントサイトは外見上の銃口から前方に出てはならない	出ては ならない	出ては ならない
O1	エアライフルの装置の全長	—	850mm
O2	スタンダードライフルの延長チューブを含めた銃身の長さ	762mm	—
P	リアサイトより後方に取付けるウエイトの最大高	60mm	60mm
Q	フロントサイトとリアサイト間に取付けるウエイトの最大高	30mm	30mm

#### 7.4.5 50mライフルの規格

すべての口径5.6mm（22口径）のリムファイアロングライフル弾仕様の薬室を持つライフルが認められる。ルールではライフルに取付けられた装着物、例えば追加のサイトなどの全ての組み合わせについて禁止することはできないが、このルールの「精神と意図」（6.8.13による）としては、50mライフルとは、下図に示されるような一般的な形状の、すなわち1組のサイト、バットストック、パームレストまたは可動式フォアエンドなどが装着されたライフルであるべき、ということである。このことは競技の各ステージにおいてこれらの装備を交換することを妨げるものではない。

- 男子および女子用のライフルの重量は、パームレストやハンドストップを含むすべての使用するアクセサリ類を装着した状態で8kgを超えてはならない。
- ストックやバットストックの下面に装着するウエイトはチークピースの最大幅を超えて水平方向（側方）に張り出してはならない。
- ウエイトはバットプレート deepest part を通る垂直線よりも後方へ張り出してはならない。
- ウエイトはバットストックにしっかりと装着されていなければならず、見える形での粘着テープまたはその他のまにあわせの方法で取り付けることはできない。
- ライフルのフォアエンドに装着するウエイトは銃身軸線から下方向に90mm以内、前方には機関部の後端から700mm以内まで張り出すことができる。射撃後または三姿勢種目の姿勢変換時にライフルを置く際に支えとなる二脚（バイポット）として使用できるように変形可能なウエイトについては、どのようなものも受け入れることはできない。
- フォアエンドより前方の銃身に、延長チューブ、付属品およびScattまたはその他の装置の取付具やフロントサイトの昇降具の継手を取り付けることはできるが、ライフルの最大許容重量内でなければならない。ファイナルで取付けられる装置によってライフルの最大許容重量を超えることになる場合には、その超過は許容される。
- バットストックについては銃軸線の下方140mmを超えてはならない。この制限は木製ストックのライフルには適用されない。



##### 7.4.5.1 フックバットプレート

次に示す制限に合うフックバットプレートが使用できる。

バットフックは、銃身軸線に対して直角をなし通常肩にあたるバットプレートの凹みの最深部に接する線を基準として、後方153mm（A）を超えてはならない。

そのフックのカーブの外側の全長は178mm（B）を超えてはならない。

バットプレートの上端の部分の突出は、銃身軸線に対して直角をなし通常肩にあたるバットプレートの凹みの最深部に接する線を基準として、後方25mmを越えてはならない。

バットプレートの下部から前方または側方に向かって突出するような装置やウエイトは禁止される。

##### 7.4.5.2 パームレスト

パームレストとはフォアエンドの下部に装着し前方の手でライフルを保持することを補助するための取り外しのできる用具を指す。整形外科的形態（指または親指状の溝やくぼみ）は許される。このような装着物は銃身軸線下200mmを超えてはならない。パームレストは、エアライフルにおいては、どのような状況においても使用できない。パームレストが使用できるのは、50mライフルの立射姿勢においてのみである。

注）銃身軸線下140mm以内で使用される直線的で平滑な表面を持つフォアエンドのエクステンション（拡張物）はパームレストではない。

### 7.4.5.3 ピistolグリップ

ピistolグリップのどの部分も、手の甲または手首に触れたり支えたりできるように拡張したり作製することは許されない。

### 7.4.5.4 300mライフルの規格

300mライフルの規格は50mライフル（男女）のものと同様。詳細については7.4.5 およびライフル規格一覧表（7.7.5）参照。

300mライフルにおける陽炎ベルトの幅は最大60mm

### 7.4.6 弾薬

ライフル	口径	備考
10m	4.5mm (.177口径)	形状は問わないが鉛または類似の軟らかい材料で作られた発射体を使用できる。
50m	5.6mm (.22口径)	リムファイアロングライフル。鉛または類似の軟らかい材料で作られた弾頭のみが使用できる。
300m	最大8mm	選手や射場勤務員に危害を及ぼすことなく発射できるものであればどのような弾薬も使用できる。トレーサー、徹甲弾、発火弾は禁止される。

### 7.5 服装規定

GTRの服装および服装検査の全般規格（GTR6.7）を参照。

#### 7.5.1 ライフル競技用服装の全般規格

7.5.1.1 すべての射撃ジャケット、射撃ズボンおよび射撃グローブは、自由に曲がる材質で通常の射撃条件下で固さや厚さが増加するなどの物理的性質が変化しない物で作られていなければならない。すべての裏地、芯材、充て物も同じ仕様を満たさなければならない。裏地や芯材は通常の仕立て縫い以外の、キルティング、クロスステッチ、のり付け等の方法で表地に付けられてはならない。すべての裏地や芯材は衣服の一部として測定されなければならない。

7.5.1.2 どのISSF選手権大会においても全てのライフル種目を通じて選手1人に対し、射撃ジャケット、射撃ズボンの各々1組だけを使用することができる。すべての射撃ジャケットおよび射撃ズボンは、ISSF用具検査によって発行され、ISSFデータベースに登録されたシリアルナンバーを示すタグがなければならない。タグのないジャケットやズボンは、タグを付け、ISSFデータベースに登録するために、選手によって用具検査室に持ち込まなければならない。各選手には2着のジャケットおよび2本のズボンのみ登録することができる。ISSFのタグの付いたジャケット2着 またはズボンを2本もっている選手は、その大会においてどの用具を使うのかをISSF用具検査に通告しなければならない。登録したジャケットやズボンを変更したい、またはタグの付いていない用具（新しい物および変更する物）を持つ選手は、新たな用具にタグを付け、以前の用具のタグをはずすために、用具検査室にそれらの用具を運び込まなければならない（GTR6.7.6.2.e）競技後検査に選ばれた選手については、登録された服装が登録された選手によって使用されていたかを検査において確認しなければならない。

7.5.1.3 どの種目、どの姿勢においても、通常のズボンや運動靴を使用することはできる。半ズボンで競技を行う場合、その半ズボンの裾は膝の中心から上方15cmより短くてはいけない。

サンダルはどのようなタイプのものであっても履くことはできない。

7.5.1.4 選手は、自分の使用する服装がこれらのルールを遵守していることを保証する責任を負う。用具検査室は、公式到着日からライフルの競技が終了する日まで、選手の服装の自主検査のために開けられていなければならない。選手には、これらのルールを遵守していることを確認するために、競技に先立ち、用具検査をすることを推奨する。大会に向けジャケットやズボンを準備する際、選手は気温や湿度など気象条件による測定値の変化を考慮したゆとりを作っておかななければならない。

7.5.1.5 競技後検査は予選および本選の後に、ルールが遵守されているか確認するために、すべての服装について行われる（GTR6.7.9）

#### 7.5.2 服装測定基準

##### 7.5.2.1 厚さ基準

ライフル競技用服装は次の厚さ測定基準を守らなければならない。

測定場所	厚さ	ジャケット	ズボン	靴	グローブ	下着
普通	一重	2.5mm	2.5mm	4.0mm	—	2.5mm
普通	二重	5.0mm	5.0mm	—	—	5.0mm
普通	合計	—	—	—	16.0mm	—
あて物	一重	10.0mm	10.0mm	—	—	—
あて物	二重	20.0mm	20.0mm	—	—	—

検査は、6.5.1に記述された厚さ測定装置によって行われ、その使用手順は最新の「ライフル用具検査ガイド」による。

表に示された厚さの測定基準（許容範囲は0）を上回る測定値は承認されない。

注) ジャケットやズボンは通常一重の厚さが測定される。二重の厚さを測るのは、ジャケットのそでの内側やズボンの足の部分のように厚さ測定装置が届かない特定の場所に限られる。

#### 7.5.2.2 固さ基準

ライフル競技用服装は次の固さ測定基準を守らなければならない。

検査は、6.5.2に記述された固さ測定装置によって行われ、その使用手順は、ISSFのホームページ上の最新の「ライフル用具検査ガイド」による。

- a) 測定シリンダーが少なくとも3.0mm沈み込めば、その素材は合格である。
  - b) 3.0mmより小さい数字が表示されたならば、その素材は固すぎることになる。3.0mmを下回る測定値は承認されない。
  - c) ジャケットまたはズボンのどの場所も60mmの測定シリンダーで測定できなければならない。通常の測定には小さすぎる（60mm以上の平面がない）場合、縫い目の上から測定が行われる。
  - d) ジャケットの縫い目は、隣接するパネルと一体となって曲がらないほど固く作られてはならない。ジャケットを水平な面に立てて置いた状態で自然に折り畳めるようになっており、着用時にジャケットを固く固定するフレームのような役割を果たしてはならない。疑わしい場合は、上記の方法で縫い目を測定して、30秒間で3mmのたわみができることを測定しなければならない。

#### 7.5.2.3 靴底の柔軟性基準

選手の使う靴の底は、測定装置に靴をはさんで踵の部分に15Nmの力を加えたときに、

22.5°以上曲がらなければならない（GTR6.5.3参照）

これは、選手がロボットのように膝を曲げないでべた足で歩くのではなく、「普通に」かかとからついてつま先でける歩き方で歩いた時、靴底が曲がるようにするためである。射場役員やジュリーがこのような行動を見つけた場合、「警告」が与えられ、ペナルティが科される場合がある。

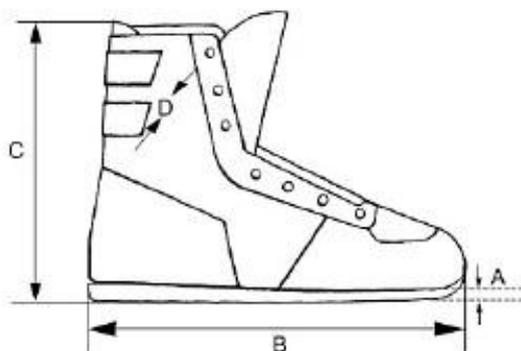
#### 7.5.3 射撃靴

日常生活で用いるような靴またはライトスポーツシューズを使うことは、どの姿勢においても、許される。10m種目および50mと300m三姿勢種目において、次の制限を超えない射撃シューズをはくことは許される。射撃シューズはライフルの伏射種目でははくことはできない。

- 7.5.3.1 靴底より上の部分の材質は柔らかく、しなやかで、曲がりやすいもので、その厚みは、靴の図(7.5.3.6)のDの様に平らな部分のどこを測定しても、裏地を含めて4mmを超えてはならない。
- 7.5.3.2 靴底は全体がつま先の部分で曲げることができる同一の素材や成分で全体が作られていなければならない。選手は取り外し可能な中敷きを使うことができるが、その中敷きもつま先の部分で曲げることができなければならない。
- 7.5.3.3 靴底が柔軟であることを示すため、選手は、FOPにいるときはいつでも普通の歩き方（踵からついてつま先でけるおよび膝を曲げる）をしなければならない。特にファイナルにおいて、紹介を受けながら入場する際にはこの歩き方が適用される。衣服や靴が極端に動きを制限したり、サポートが強すぎて自然な歩行が不可能な場合は、最初の違反には警告が、違反を繰り返せば2点の減点や失格を科されることになる。
- 7.5.3.4 床面から靴の上端までの高さ(靴の図のC)は靴の長さの2/3を超えてはならない。
- 7.5.3.5 選手の履く靴はそろったペアでなければならない。

### 7.5.3.6 射撃靴の寸法表

選手の靴は次の図や表に示された最大値を上回ってはならない。



A	つま先における靴底の厚さの最大値：10 mm
B	靴の全長：はいている者の足の大きさにあつたもの
C	靴の高さの最大値：Bの長さの2/3を超えない
D	靴の上部の素材の厚さの最大値：4 mm
靴底は靴の外形に沿ってカーブしていなければならない。また、どの部分においても靴の外形から5.0 mmを超えて張り出すことはできない。つま先や踵は方形または平らに切りそろえることはできない。	

### 7.5.4 射撃ジャケット

7.5.4.1 **素材の厚さ**—ジャケットの胴部とそでは、薄い裏地を含む複数の層の素材で作ることができるが、合計の厚さが最大で2.5 mm（一重）、または5.0 mm（二重）を超えてはならない。（7.5.2.1 参照）。

7.5.4.2 **留め具**—ジャケットの前合わせは、ボタンかジッパーのような調節のきかない留め具で留めなければならない。合わせの重ねしろはボタン等を留めた状態で100 mm以上あつてはならない。（ジャケットの図参照）。ジャケットは着る者の体にゆったりと吊られる状態でなければならない。これを判定するために、ジャケットは、ボタン等を留めた状態よりも、少なくとも80 mm以上重ね合わせることができなければならないが、この測定はボタンの中心からボタンホールの外側までの長さを測らなければならない。この測定は選手が両腕を体側に下ろした状態で行われる。測定はオーバーラップゲージで、6.0～8.0 kgの力をかけて行われなければならない。ボタンホールの周辺部とはボタンホールから12 mm以内の範囲のことであり、この範囲は厚さが、許可された2.5 mmを超えてもよい。ジャケットの前合わせのボタンは最大5個までが許される。

注) 80 mmのオーバーラップ要件は、ジャケットが選手の体、特に胸元にきつくフィットしすぎないようにするためである。ボタンをジャケットの端の方へ移動させることにより、80 mmのオーバーラップを満たすことができるはずである。もし素材的にそのようにできない場合は、丈夫なひもなどを用いてボタンを留めるループを作ることで、ボタンホールを延長することは許される。

7.5.4.3 **ストラップ、ひも、ピンディング**—人工的な支持を与えるためのストラップ、ひも、ピンディング、縫い目、ステッチ、機具等は禁止される。しかしながら、ジャケットの肩あて付近の生地のためを集めるために、ジッパー1本または2本以内のストラップをジャケットにつけることは許される（ジャケットの図 7.5.4.9 参照）。これらの規則と図に示されたもの以外のジッパー、留め具、締め具は許可されない。

7.5.4.4 **バックパネル**—ジャケットの背の部分（バックパネル）は、ジャケットを固くしたり、その柔軟性を損なわない限り、複数の素材を使用した構造のものでもよい。バックパネルのすべての部分は、平らな面で測定して、厚さ2.5 mm以内、固さは3.0 mm以上の制限が守られていなければならない。

7.5.4.5 **サイドパネル**—ジャケットの横の部分（サイドパネル）には、立射姿勢でライフルを支える腕の肘の下にあたる肘の先端から上部70 mm下部20 mmの範囲のシームフリーゾーンに縫い目を配置してはならない。シームフリーゾーンの検査は射撃ジャケットを着用し、ボタンを全て閉めた状態で、ライフルを持って立射姿勢をとったうえで行われなければならない。

7.5.4.6 袖—選手はジャケットを着てボタンを留めた状態で両腕を完全に伸ばせ（袖を真っ直ぐにする）なければならない。伏射および膝射の際、スリングを付けた腕のジャケットの袖は手首より先に出てはならない。また、姿勢をとった時、手あるいはグローブと銃のストックのフォアエンドとの間に袖をはさんではならない。袖の端は、明白な支えとなっていなければ、ライフルに触れることは許される。

7.5.4.7 **ベルクロ（マジックテープ）粘着性のある物質、液体またはスプレー**—これらの物質や似たような素材等をジャケット、当て物、靴、床、用具の外側や内側に付けることはできない。ジャケットの生地をざらざらにすることは許される。違反にはルールに従ってペナルティが科せられる。

7.5.4.8 **補強パッチ**—射撃ジャケットには以下の制限を超えない補強パッチを外側の面にのみ付けてもよい。

- a) ジャケットの生地とすべてのあて物を含む厚さの最大値：一重で10mm、二重で20mm。
- b) 肘の部分は両側とも補強パッチを付けることができるが、袖の円周の1/2の範囲を超えてはならない。スリングを付ける腕には上腕部から袖口の手前100mmのところまで補強パッチを付けることができる。その反対側の腕には最長300mmの範囲で補強パッチを付けることができる。
- c) スリングのずれを防ぐために、スリングをつける腕の外側またはジャケットの肩の縫い目に、フック、ループ、ボタンまたは類似の器具を1つだけ取り付けすることができる。
- d) バットプレートの当たる肩の部分の補強パッチは最も長い個所を測定して300mmを超えてはならない(7.5.4.9 参照)。

e) 内ポケットはすべて禁止される。

f) 外部ポケットは1つだけ、ジャケットの右前部（左選手の場合は左前部）に位置するものは許される。ポケットの最大サイズは、高さはジャケットの下端から250mmまで、幅は200mmまでとする。

#### 7.5.4.9 射撃ジャケットの寸法

射撃ジャケットは下図に示された制限を守らなければならない。



5 mmを超えてはならない。

- a) 高さ—射撃ズボン着用の際、上端が骨盤の頂点より50 mmを超えて高くなってはならない。
- b) ポケット—ポケットはすべて禁止される。
- c) 締め付け具—ズボンは両脚の部分で余裕がなければならない。ズボンの脚部またはお尻の周囲を締め付けるようなひも、ジッパー等はすべて禁止される。
- d) ウエストベルト—ズボンを支えるために幅40 mm以下、厚さ3 mm以内の通常のベルトまたは伸縮するサスペンダーを使用してよい。立射姿勢でベルトを着用する場合はバックルや締め具を左腕や左肘の支えとして使用してはならない。ベルトは左腕や左肘の下にあたる部分で二重、三重等にしてはならない。
- e) ウエストバンド—ズボンにウエストバンドがある場合、その幅は70 mmを超えてはいけない。ウエストバンドの厚さが2.5 mmを超える場合はウエストベルトの使用は許されない。ズボン着用の際にウエストベルトを使用しない場合、ウエストバンドの最大の厚さは3.5 mmとする。
- f) ベルトループ—ベルトループ（ベルトを通す輪）は最大7本までで、それぞれの幅が20 mmを超えてはならず、ベルトループ間は80 mm以上あること。
- g) ズボン留め（腰の部分）—ズボンは、1つのホックで5個以下の留め具または受け金具が5個以下のスナップボタンまたは類似の留め具または1対のベルクロ（マジックテープ）を使用して閉じてよい。ズボンを閉じる方法は1つの方法のみが許可される。ベルクロ（マジックテープ）と他の方法との併用は禁止する。
- h) 通常のズボン—射撃ズボンを着用しない場合、体のどの部分にも人工的な支えを与えることのない通常のズボンを着用してよい。

#### 7.5.5.2

**ジッパー、ボタン、ベルクロ（マジックテープ）** 類似の調整できないファスナー類はズボンの次の場所にのみ使用できる。

- a) ズボンの前開きの開閉のためのファスナーまたは閉め具は1種類のみ。前開きは股より下にのびてはならない。
- b) 閉じることのできない開口部は複数許される。
- c) ズボンの各々の脚部にファスナーが1本だけ許される。ファスナーの上端はズボンの上端から70 mm以上離れていなければならない。しかし、ファスナーがズボンの脚部の最下部に達してもよい（射撃ズボンの図7.5.5.5参照）。1本のファスナーをズボンの脚の上部前方または脚の後部に取り付けることは許されるが、1本の脚の前後両方に取り付けることは許されない。

#### 7.5.5.3

補強はズボンの両膝の部分に付けることができる。膝の補強の最大長は300 mm、幅はズボンの脚部の円周の半分を超えてはならない。ズボンの補強部分の厚さはズボンの生地や裏地を含めて、一重で10 mm、二重で20 mmを超えてはならない。

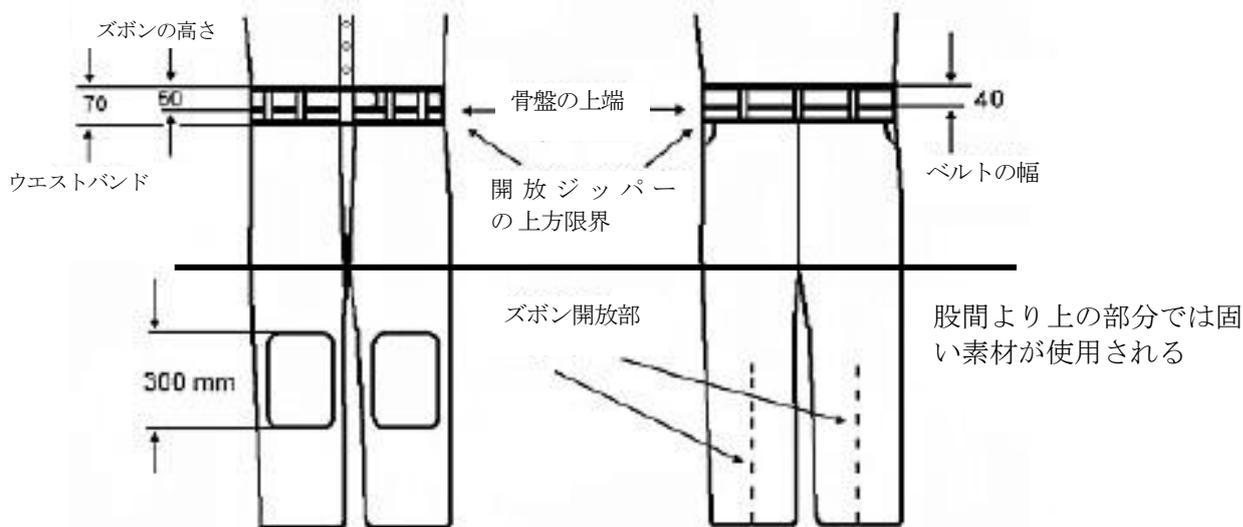
#### 7.5.5.4

ライフルの男女の伏射種目および三姿勢種目の伏射ステージでの射撃ズボンの着用は許される。

#### 7.5.5.5

##### **射撃ズボンの寸法**

射撃ズボンは次の図に示された制限を守らなければならない。



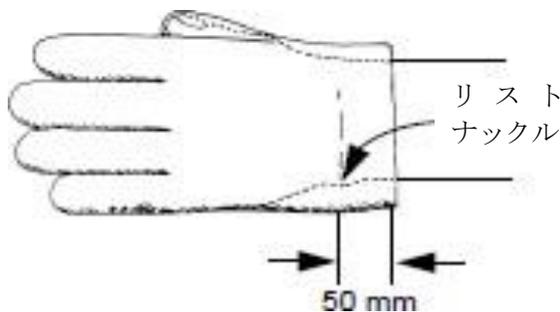
7.5.5.6 **射撃ズボンの固さ**—ズボンは、薄い裏地を含む複数の層の素材で作ることができるが、合計の厚さが一重で2.5 mmを超えてはならない。ズボンの股下より上の部分は、下の部分より固くすることができるが、以下の条件を満たしている必要がある。ズボンの股下より上の部分は公認の固さ測定装置で測定して、30秒以内に3 mmのたわみを測定できるという固さ検査に合格しなければならない。

股下より下のズボンの両脚の部分は、同様の検査に、15秒以内で合格しなければならない。固さ検査は、構造上何枚もの素材の層があったとしても、一重の厚さのズボンパネルとして行われる。例えば、最大厚さ2.5 mmの折りたたまれていないパネル (7.5.2.1 参照)。この意図は、ジャケット (7.5.4.10) で概説されているものと同様に、6.7.4.2 に従うように脚部の素材の固さを軽減しつつ、立射姿勢でライフルを構える際の負担や怪我のリスクを軽減するために、腰部および腰椎部へのサポートを維持するためである。

7.5.6 **射撃グローブ**

7.5.6.1 グローブの厚さは、縫い目と継ぎ目を除いた、どこの部分でも、手の甲から手のひらまで重ねて測定して、16 mmを超えてはならない。選手が内手袋を着用する場合、厚さ測定はそれも含めて測定されなければならない。

7.5.6.2 グローブは着用した際に、リストナックルの中心から測定して、50 mmを超えて長くなってはならない (図参照)。手首の部分のひもや締め具はどのようなものも禁止される。グローブが着用しやすいように手首の部分に伸縮性を持たせてもよいが、着用した際に手首の部分はゆったりとしていなければならない。



7.5.7 **下着**

7.5.7.1 射撃ジャケットの下に着ける着衣はすべてを合わせて、その厚さは一重で2.5 mm、二重で5 mmを超えてはならない。ズボンの下の着衣についても同様の規定が適用される。射撃ズボンの下にジーンズや普通のズボンをはくことはできない。

7.5.7.2 射撃ジャケット、射撃ズボンの下には、選手の脚、体、腕の動きを固定したり、過度に制限したりしない一般の下着やトレーニングウェアのみが着用できる。これら以外の下着は禁止される。

7.5.8 **用具とアクセサリ**

### ※7.5.8.1 監的スコープ

スコープをライフルに装着することなく、弾着の確認及び風の判定に使用することは、50mおよび300m種目に限り許される。

### 7.5.8.2 スリング

スリングの幅は最大40mm。左上腕部のみに装着し、そこからライフルのフォアエンドに接続させて使用しなければならない。スリングはライフルのフォアエンドとは1点のみで取り付けられる。スリングは手または手首の一方の側のみに沿って通っていなければならない。スリングが二重になっていて、手または手首の周りを通る部分で、二重になったスリングをずらして幅40mmを超えて使用できるようならば、ずらせないように留めるか張り付けなければならない。

スリング止め金具またはハンドストップを除いて、ライフルのどの部分もスリングおよびスリングの付属品に触れることはできない。

### 7.5.8.3 ライフルレスト

撃発と撃発の間でライフルを置くためにライフルレストを使用する場合、ライフルレストのどの部分も、その選手のライフルを持った立射姿勢の肩の最も高い高さよりも、高くならないようにして使用できる。立射ではライフルレストスタンドを射撃テーブルもしくは台の前方へ置いてはならない。選手はライフルレストを利用してライフルを置いたり、装填する際には、ライフルを射座の幅内に維持し、両側の選手の邪魔にならないように注意を払わなければならない。また、安全性の確保のため、ライフルレストにライフルを置いている間、選手はライフルに手を添えていなければならない。

### 7.5.8.4 射撃用具箱またはバッグ

射撃用具箱またはバッグは、射撃線についた選手の前方の肩より前に置いてはならない。ただし立射の際は射撃用具箱またはバッグ、テーブル、スタンドをライフルレストとして使うことはできる。これらの射撃用具箱またはバッグ、テーブル、スタンドは隣接の選手の妨げとなったり、風よけの役目をする様な大きさ、構造であってはならない。

### 7.5.8.5 ニーリングロール

膝射の際は円筒形のニーリングロールを1個だけ使用できる。最大寸法は、長さ25cm、直径18cmである。ニーリングロールは柔らかく曲げることができる材質で作られていなければならない。ロールに形を作るために、しばったり、器具を用いたりすることは許されない。

### 7.5.8.6 二脚（バイポッド）

二脚（バイポッド）は射撃の前後または姿勢切り替えの間、ライフルを支えるために使用することができるが、本射中は、折り畳み式であるなしかかわらず、ライフルから取り外さなければならない。

### 7.5.8.7 ニーリングヒールパッド

最大寸法20cm×20cmの柔軟で圧縮性のある素材でできた物を、膝射姿勢をとったときに、踵の上に置いてもよい。ニーリングヒールパッドは、ライフル用の服装の厚さ測定器で測定して、20mmより厚くなってはならない。

### 7.5.8.8 バイザーと帽子

帽子やバイザーを着用することはできる。帽子やバイザーは選手のひたいから80mmを超えて張り出すことはできない。軟らかい素材の帽子やバイザーがリアサイトに触れるのは構わない。軟らかくないまたは硬い素材の帽子やバイザーはリアサイトに触れることは許されない。

どのようなタイプの帽子やバイザーであってもサイドブライNDERとして使用するよう着用することはできず、ジュリーが同じ高さの側方から見た時に選手の目が確認できなければならない。リアサイトに帽子やバイザーが触れることを禁止する本来の目的は、それが選手のチェックポイントとして使用されるのを防ぐことと、ライフルの水平方向の回転を防ぎ安定性が増すことに対してである。軟らかいゴム製のバイザーではそのような有利性はなく、従って許されるものである。

## 7.6 競技運営手順および競技ルール

### 7.6.1.1 膝射（ニーリング）

- 選手は右足のつま先、右膝および左足を射座の床面に接触させて姿勢をとることができる。
- ライフルは両手と右肩で保持できる。
- ほぼはストックに置くことができる。
- 左肘は左膝の上で支えられなければならない。
- 左肘の先端は膝頭より100mmを超えて前方に、また150mmを超えて後方に位置させてはならない。
- ライフルはスリングによって支えることができるが、左手より後方のフォアエンドに射撃ジャケットが触れてはならない。

- g) ライフルのいかなる部分もスリングやその部品に触れることはできない。
- h) ライフルはその他の体の部位または物体に触れたり、依託したりしてはならない。
- i) ニーリングロールを右足の甲の下に置く場合は、右足を45度以上回転させてはならない。
- j) ニーリングロールを使用しない場合は、足はどのような角度でも置くことができる。このことは足の側面と下腿が射座の床面または射撃マットと接触することを含むものである。
- k) 上腿および臀部はいかなる部分も射座の床面または射撃マットのどの部分にも接触することはできない。
- l) 射撃マットを使用する場合、選手は姿勢の3ヶ所の床面との接点（つま先、膝、足）の全てまたは一部をマットの上に置くことができる。他の物体やあて物を右膝の下に敷くことはできない。もし必要ならば、ニーリングロールはマットと併せて使うことができる。
- m) 選手のかかとと臀部の間には、ニーリングヒールパッドを使用する場合を除いて、ズボンと下着類だけを着用することができる。射撃ジャケットやその他の物をかかとと臀部の間に置いてはならない。

n) 右手は左手、左腕または射撃ジャケットの左側またはスリングに触れることはできない。

#### 7.6.1.2 伏射（プローン）

- a) 選手は射座の床面に直接伏せるか射撃マットの上に伏せることができる。
- b) 選手は肘置き場としてマットを使用することができる。
- c) 体は頭を標的方向に向け射座上で伸ばさなければならない。
- d) ライフルは両手と一方の肩によってのみ支えることができる。
  - e) ほほはストックに置くことができる。
  - f) ライフルは、ハンドストップの前部でフォアエンドに装着されているスリングによって支えることができる。
- g) ライフルのいかなる部分もスリングやその部品に触れることはできない。
  - h) ライフルはその他の体の部位または物体に触れたり、依託したりしてはならない。
    - i) 肘より前の射撃ジャケットの前腕と袖は射座の床面から明確に離れていなければならない。
    - j) スリングを巻く（左）前腕は、水平面とその前腕の中心軸のなす角度が30度以上になるようにしなければならない。
  - k) 右手や右腕は左腕、射撃ジャケット、スリングに触れることはできない。
  - l) ライフルを支えている腕のジャケットの袖は、グローブとライフルの間に挟まったり、追加のサポートを与えない限り、フォアエンドの下面に触れることが許される。

#### 7.6.1.3 立射（スタンディング）

- a) 選手は射座の床面または射撃マットの上に両足をつけ、人工的または他の支えなしに立たなければならない。
- b) ライフルは両手、肩または肩の近くの上腕部および右肩に隣接する胸の部分で保持されなければならない。ライフルが胸の上部でジャケットに触れることは許される。
- c) ほほはストックに置くことができる。
- d) 右手は左手や左腕に触れることはできない。左手は左肩やジャケットの左側に触れることはできない。両手、および指はジャケットの左側に触れてはならない。  
「ジャケットの左側」とは、胸の中央を通る仮想の垂直線の左側の領域である。
- e) 左上腕と肘は胸部または腰部に託すことはできる。ベルトを着用する場合、バックルや留め具を左腕や左肘を支えるために使用してはならない。
- f) ライフルは、7.6.1.3.b と d で許された範囲を除き、その他の体の部位または物体に触れたり、依託したりしてはならない。ライフルと選手の顔とリアサイト（目かくし板が取り付けられている場合には目かくし板とも）の間は明白に見える隙間がなければならない。  
この隙間の幅は、本射中に競技役員またはジュリーがその幅を測定しようとして選手の邪魔をしないように、意図的に指定していないが、この隙間は、リアサイトやブラインダーを含むライフルがどの点や物体とも接触していないと疑いなく確認できるようでなければならない。
- g) 300mスタンダードライフルと10mエアライフルの種目を除き、パームレストは使用することができる。
- h) 300mスタンダードライフルと10mエアライフルの種目のこの姿勢ではハンドストップ

やスリング留め金具の装着は許されない。

i) この姿勢では、スリングの使用は禁止される。

追7.6.1.4 肘射

追7.6.1.5 自由姿勢

7.7 ライフル種目

ISSF承認射撃種目 3.3 およびライフル種目一覧表 7.7.4 参照のこと

7.7.1 50mと300mの三姿勢種目は膝射－伏射－立射の順序で射撃されなければならない。

7.7.2 15分間の準備および試射時間は本射開始前に行われなければならない（GTR6.11.1.1）

7.7.3 三姿勢種目では、膝射および伏射の終了後、標的の本射から試射への切り替えおよび試射から本射への切り替えは、選手の責任において行われる。選手は、伏射および立射姿勢で、本射に入る前に弾数無制限の試射を行うことができる。これらの試射を行うための追加の時間は許されない。もし選手が姿勢を切り替えた後、不注意により本射から試射に切り替え忘れた場合、前の姿勢の超過弾として記録された弾は無効とされなければならない、標的は試射に切り替えられなければならない。

※7.7.4 ライフル種目本選一覧表(ISSF)

種目	男/女	弾数	本射撃ち込み数 (紙標的)		試射の数 (紙標的)	競技時間： 監的または標的キャ リア（紙標的）	競技時間： 電子標的
			G1, G2	G3, G4			
10mエアライフル	男女	60	1	国内適用 規定参照	4	1時間30分	1時間15分
10mエアライフル ミックス	男女	2× 30	1		4	1時間	40分
50mライフル3姿勢	男女	60	1		各姿勢 4	2時間	屋外： 1時間45分 屋内： 1時間30分
50mライフル伏射	男女	60	1		4	1時間	50分
300mライフル3姿勢	男女	60	10		各姿勢 1	2時間15分	1時間45分
300mライフル伏射	男女	60	10		1	1時間15分	1時間
300mスタンダード ライフル3姿勢	オープン	60	10		各姿勢 1	2時間15分	1時間45分

注1：15分間の準備および試射時間は印刷された競技開始時刻の前に始められなければならない。

注2：表中のG1～G4の表記は、公認競技会の格付規程による。

※7.7.5

ライフル規格一覧表（国内適用を含む）

種類	最大重量	引き金	最大銃身／システム長	弾薬	サムホール サムレスト パームレスト ヒールレスト 水準器
10m エアライフル	5.5kg (男/女)	セットトリガーは 禁止	850mm (システム)	4.5mm (.177口径)	使用できない
50m ライフル	8.0kg (男/女)	制限なし	制限なし	5.6mm (.22口径) ロングライフル	使用可 パームレストは 立射のみ
300m ライフル	8.0kg (男/女)	制限なし	制限なし	最大8mm	使用可 パームレストは 立射のみ
300m スタンダード ライフル	5.5kg	セットトリガーは 禁止 1.5kg以上	762mm (銃身長)	最大8mm	使用できない クイック ファスターも使用できな い
※ビーム ライフル	5.5kg (男/女)	連発式不可	850mm (システム)	—	使用できない
※ハンティン グライフル	5.5kg 照準器を 含む	1.0kg以上	制限無し	AHR:5.5mm以下 SHR: リムファイ ア 5.6mm BHR:10.5m以下	使用できない

注)ライフルは、パームレストまたはハンドストップ（もし使用するなら）を含めアクセサリーを全て付けた状態で重さを量ること。

## 7.8 索引

(注：索引は日本語において編集されている)

1 種目 1 ライフル	7.4.1.2
10mエアライフル	7.4.2/7.4.4
2個以上のライフル部品の使用、交換－50mライフル/300mライフル	7.4.1.2
2丁以上のライフルの使用、交換－50mライフル/300mライフル	7.4.1.2
300mスタンダードライフル	7.4.2/7.4.3
300mスタンダードライフル/10mエアライフルの規格	7.4.2
300mライフル	7.4.5.4
50mライフル	7.4.5
アクセサリーと用具	7.5.8
厚さ－表	7.5.2.1
あて物－射撃ジャケット	7.5.4.8
あて物－射撃ズボン	7.5.5.3
あて物－服装厚さ表	7.5.2.1
安全	7.2
ウエイト－300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.2
動きまたは振動の減衰システム	7.4.1.3
陽炎ベルト（ミラージュバンド）－300mライフル	7.4.5.4
監的スコープ	7.5.8.1
機能しなくなったライフル	7.4.1.2
機能しなくなったライフルの交換	7.4.1.2
規格一覧表－ライフル	7.7.5
競技運営手順および競技ルール	7.6
競技後検査（ルール 6.7,9）	7.5.1.2/7.5.1.5
競技後検査/本選（ルール 6.7,9）	7.5.1.5
グリップ力を増す物質－300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.e
光学フィルター	7.4.1.6
コンペンセーター	7.4.1.5
サイト	7.4.1.6
サイト－レンズ、レンズシステム、フィルター	7.4.1.6
左眼照準－右利き/右日照準－左利き	7.4.1.6.e
サムホール－300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.g
サムレスト－300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.g
ざらざらの表面－射撃ジャケット	7.5.4.7
三姿勢－姿勢切り替え後の標的の本射から試射への切り替え	7.7.3
三姿勢－射撃順序	7.7.1
三姿勢－準備および試射時間	7.7.2
姿勢	7.6.1
下着	7.5.7
下着－厚さ	7.5.7.1
膝射（ニーリング）	7.6.1.1
射撃靴	7.5.3
射撃靴－歩き方	7.5.3.3
射撃靴－靴底の柔軟性	7.5.2.3
射撃靴－靴底の素材	7.5.3.2
射撃靴－上部の素材	7.5.3.1
射撃靴－寸法表	7.5.3.6
射撃靴－そろったペア	7.5.3.5
射撃靴－高さ	7.5.3.4

射撃靴—中敷き	7.5.3.2
射撃グローブ	7.5.6
射撃グローブ—厚さ	7.5.6.1
射撃グローブ—締め具	7.5.6.2
射撃姿勢	7.6.1
射撃ジャケット	7.5.4
射撃ジャケット—あて物	7.5.4.8
射撃ジャケット—あて物：最大厚さ	7.5.4.8.a
射撃ジャケット—あて物：バットプレートの当たる肩の部分	7.5.4.8.d
射撃ジャケット—あて物：肘	7.5.4.8.b
射撃ジャケット—肩あて付近の生地のため	7.5.4.3
射撃ジャケット—重ね合わせ、ゆったりと吊られる状態	7.5.4.2
射撃ジャケット—ざらざらにする	7.5.4.7
射撃ジャケット—人工的な支持；ストラップ、ひも、ステッチなど	7.5.4.3
射撃ジャケット—図と寸法	7.5.4.9
射撃ジャケット—スリングのずれ防止	7.5.4.8.c
射撃ジャケット—背の部分（バックパネル）の構造	7.5.4.4
射撃ジャケット—そでの位置	7.5.4.6
射撃ジャケット—そでを真っ直ぐにする	7.5.4.6
射撃ジャケット—胴部、そで、長さ	7.5.4.1
射撃ジャケット—粘着性のある物質、液体などの使用	7.5.4.7
射撃ジャケット—補強パッチ	7.5.4.8
射撃ジャケット—補強パッチ：最大厚さ	7.5.4.8.a
射撃ジャケット—補強パッチ：バットプレートの当たる肩の部分	7.5.4.8.d
射撃ジャケット—補強パッチ：肘	7.5.4.8.b
射撃ジャケット—ポケット	7.5.4.8.f
射撃ジャケット—ポケットのサイズ	7.5.4.8.f
射撃ジャケット—前合わせ：調節できない	7.5.4.2
射撃ジャケット—横の部分（サイドパネル）の水平の縫い目	7.5.4.5
射撃ジャケット—両腕を真っ直ぐにする	7.5.4.6
射撃ジャケットおよび射撃ズボンの下の衣服	7.5.7
射撃ジャケット、射撃ズボン、射撃グローブの素材	7.5.1.1
射撃ジャケットと射撃ズボンの数	7.5.1.2
射撃シューズ	7.5.3
射撃シューズ—歩き方	7.5.3.3
射撃シューズ—靴底の柔軟性	7.5.2.3
射撃シューズ—靴底の素材	7.5.3.2
射撃シューズ—上部の素材	7.5.3.1
射撃シューズ—寸法表	7.5.3.6
射撃シューズ—そろったペア	7.5.3.5
射撃シューズ—高さ	7.5.3.4
射撃シューズ—中敷き	7.5.3.2
射撃順序—3姿勢	7.7.1
射撃ズボン	7.5.5
射撃ズボン—厚さ	7.5.5.1
射撃ズボン—あて物	7.5.5.3
射撃ズボン—ウエストバンド：幅、留め具	7.5.5.1
射撃ズボン—脚部のゆるみ	7.5.5.1
射撃ズボン—サスペンダー	7.5.5.1.d
射撃ズボン—図と寸法	7.5.5.5

射撃ズボン—ズボンの上部	7.5.5.1
射撃ズボン—留め具	7.5.5.1.d
射撃ズボン—留め具：ズボンの脚部	7.5.5.2.c
射撃ズボン—留め具：ズボンの前開き	7.5.5.2.a
射撃ズボン—引き締め—ひも、ジッパー、ファスナー	7.5.5.1/7.5.5.2
射撃ズボン—ベルト	7.5.5.1.d
射撃ズボン—補強パッチ	7.5.5.3
射撃用具箱またはバッグ	7.5.8.4
射撃用服装の特徴	7.5.1.3/7.5.1.4
射場および標的規格	7.3
銃身	7.4.1.5
銃身/延長チューブ内の装置	7.4.1.5
銃身/延長チューブの穴	7.4.1.5
銃身長—300mスタンダードライフル	7.4.3.c
準備および試射時間（ルール6.11.1.1）	7.7.2
女子種目/男子種目	7.1.4
視力矯正レンズ	7.4.1.6.c
水準器—300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.g
スコープ	7.5.8.1
スタンディング（立射）	7.6.1.3
すべてのライフル種目に適用されるルール	7.1.1
スリング	7.5.8.2
男子種目/女子種目	7.1.4
弾薬	7.4.6
電気式トリガー	7.4.1.7
二脚（バイポッド）	7.5.8.6
ニーリング（膝射）	7.6.1.1
ニーリングヒールパッド	7.5.8.7
ニーリングロール	7.5.8.5
バイザーまたは帽子	7.5.8.8
バイポッド（二脚）	7.5.8.6
バットプレート—50mライフル	7.4.5.1
バットプレート—オフセット—300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.c
パームレスト—300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.g
パームレスト—50mライフル	7.4.5.2
半ズボン	7.5.1.3
ハンドヒールレスト—300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.g
引き金の重さ—300mスタンダードライフル	7.4.3.a
ピストルグリップ	7.4.1.4
ピストルグリップ—50mライフル	7.4.5.3
ピストルグリップの張り出し—300mスタンダードライフル/10mエアライフル	7.4.2.1.f
左利き選手—右利き選手	7.1.3
左利き選手が右目で照準/右利き選手が左眼で照準	7.4.1.6.e
フィルター	7.4.1.6
伏射（プローン）	7.6.1.2
服装規定	7.5
服装測定基準	7.5.2
服装の厚さ基準表	7.5.2.1
服装の固さ基準	7.5.2.2
普通に歩く	7.5.3.3

フックー50mライフル	7.4.5.1
プローン（伏射）	7.6.1.2
帽子またはバイザー	7.5.8.8
補強パッチー射撃ジャケット	7.5.4.8
補強パッチー射撃ズボン	7.5.5.3
補強パッチー服装厚さ表	7.5.2.1
マズルブレーキ	7.4.1.5
右利き選手ー左利き選手	7.1.3
右利きの選手が左眼で照準ー左利きの選手が右眼で照準	7.4.1.6.e
ミラージュバンド（陽炎ベルト）ー300mライフル	7.4.5.4
目かくし板ーリアサイト	7.4.1.6.e
用具とアクセサリー	7.5.8
ライフルおよび弾薬	7.4
ライフル規格ー10mエアライフル	7.4.4
ライフル規格一覧表	7.7.5
ライフル規格一覧表ー300mスタンダードライフル／10mエアライフル	7.4.4.2
ライフル機構の長さー10mエアライフル	7.4.4.a
ライフル共通規格	7.4.1
ライフル種目ー種日本選一覧表 7.7.4 参照	7.7
ライフルの通則	7.1
ライフルレスト	7.5.8.3
立射（スタンディング）	7.6.1.3
ルールの熟知	7.1.2
レンズ	7.4.1.6