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　（ＲＲ） 132

7.1　通則 134
7.2　※安全 134
7.3　射場および標的基準 134
7.4　※ライフルと弾薬 134
7.5　服装規定 142
7.6　競技運営手順および競技ルール 150
7.7　ライフル種目 151
7.8　索引 154

ライフル　ルール　（ＲＲ）　国内適用規定 158

7.1 **通則**

7.1.1 ※このルールはＩＳＳＦ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ＩＳＳＦルールを熟知し、ルールが遵守されることを確実に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 右利きの選手に適用されるルールは、左利きの選手の場合、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。

ＩＳＳＦ安全ルールはＧＴＲ6.2 を参照。

7.3 **射場および標的基準**

標的および標的基準はＧＴＲ6.3 を参照。射場の規格およびその他設備はＧＴＲ6.4 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発ごとに手動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（ＣＩＳＭ）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、ＧＴＲ6.13.3 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または左腕に載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。

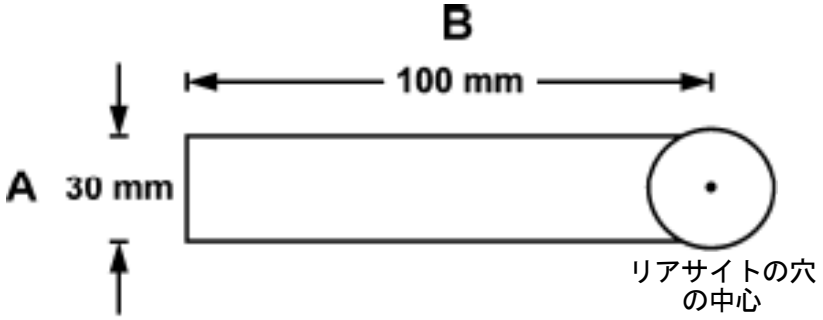
ｂ）１枚の矯正レンズをリアサイトにのみ取り付けてもよい。もしくは選手は矯正レンズまたは色付きレンズを着用することもできる。

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ってはならない。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。

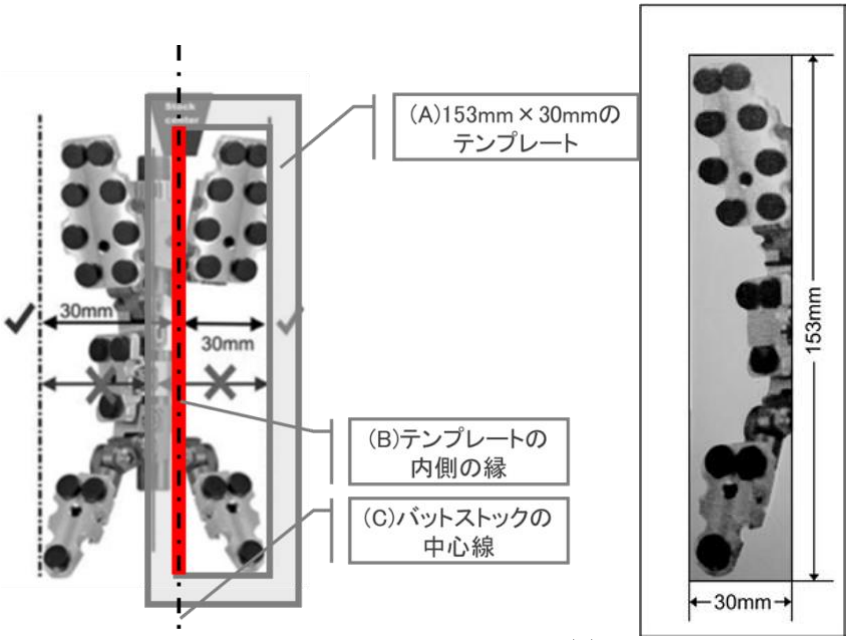
b）**バットストック**：ライフルのピストルグリップとバットプレートの間の部分である。ストックの最も後ろの張り出し部分であり、銃身軸線に対し両側にオフセットすることができる。バットストックの最下点は、銃身軸下１４０ｍｍを超えてはならない。この制限は木製ストックのライフルには課されない。バットストックには、バットプレートを取り付けるための調節可能な延長部を設けることができる。この延長部は銃身軸下１４０ｍｍの制限には含まれない。

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３０ｍ

m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)



(A)153㎜×30㎜ のテンプレート

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。深さを増すための調節可能または取り外し可能な部分を設けることができるが、それらの表面は直線的で平滑でなければならない。その部分を傾斜させることはできるが、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。

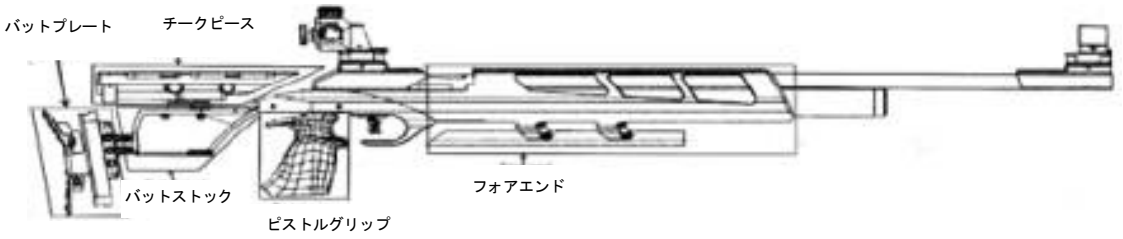
注）フォアエンドのエクステンション（拡張部）はパームレストではない。そのため、取り外しが可能であったとしても、7.6.1.3.ｇに違反することにはならない。

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を越えて張り出してはならない。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、手形等を作ることもできない。

「解剖学的形状」とは、「特定の選手の手に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、５０m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。



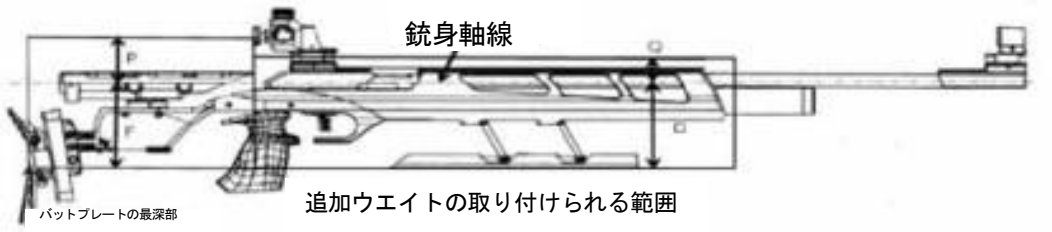
7.4.2.2　**ウエイト**

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てはならず、銃身軸線から１４０ｍｍを超えて下方に突き出てはならない（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、図で示す範囲内、または上記ａ）に従う範囲内に限られる。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の取り外しのために、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。

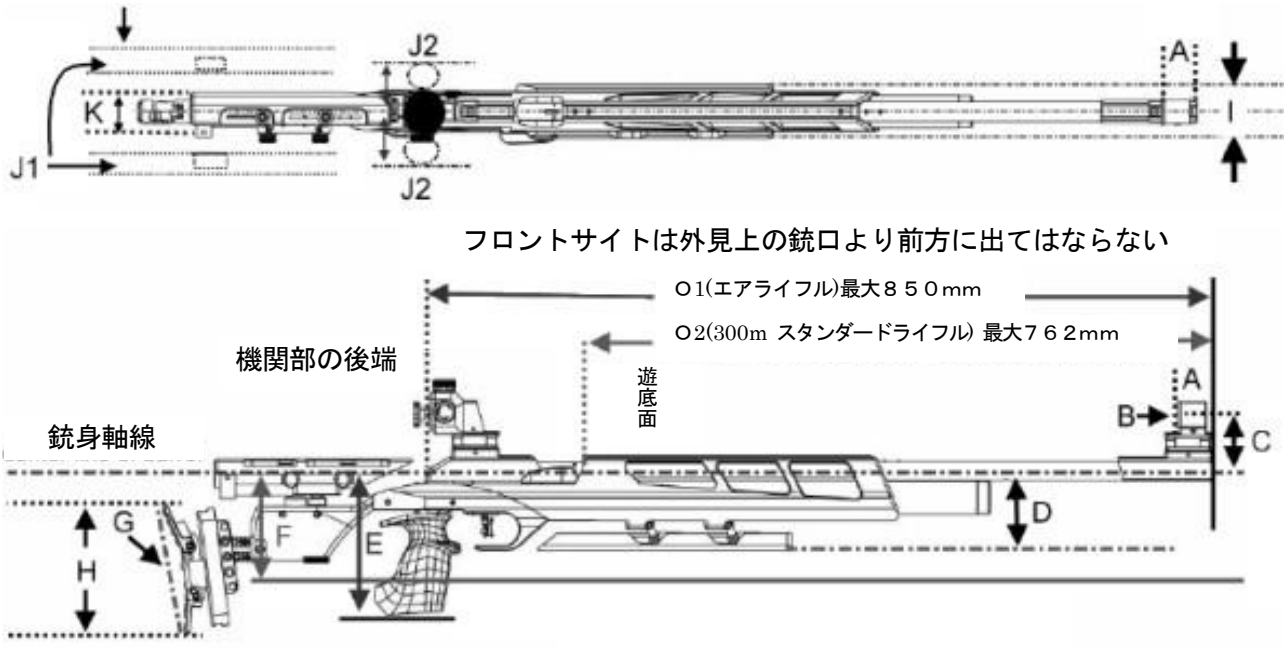
ａ）エアライフルシステムの全長は、機関部の後端から外見上の銃口までで、８５０ｍｍを超えてはならない。

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、 Ⓕ 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	バットプレートのカーブの深さ	２０mm	２０mm
H	バットプレートの上端から下端までの長さ	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（３００mスタンダードライフルは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全長（銃口から遊底前面まで）	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、すなわち同時に装着できるサイト、バットストック、パームレストまたは伸縮式フォアエンドなどはそれぞれ１組のみの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。

ａ）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ー類を装着した状態で８ｋｇを超えてはならない。

ｂ）ストックまたはバットストックの下部の内側または外側にあるウエイトは、銃身軸線から測ったチークピースの最大張り出し距離を超えて、銃身軸線から水平方向（側方）へ張り出してはならない。

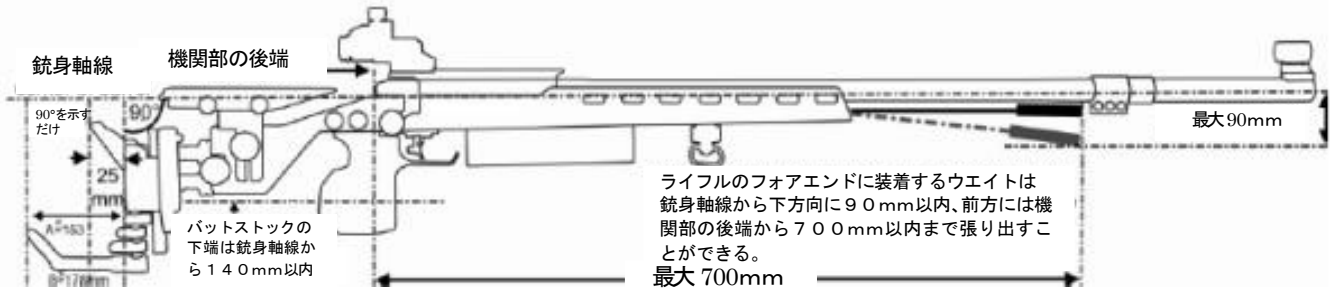
ｃ）ウエイトはバットプレートの最深部を通る垂直線よりも後方へ張り出してはならない。

ｄ）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。

ｅ）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。

ｆ）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。

ｇ）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 **ピストルグリップ**

ピストル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が使用できる。
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実質的に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、射撃ズボンおよび靴は、 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、ズボンまたは靴は、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れなければならない。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、ズボンまたは靴を変更したい、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、以前のタグを使用停止にするために、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、その選手に登録されたタグ番号が、その選手の使用した服装のタグ番号と一致することを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、通常のスポーツ用トレーニングズボンまたは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ず、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）。ライフル本選後の競技後検査では、ファイナル進出可能性のある選手全員を競技後検査の対象に含めなければならない。通常は失格の可能性を考慮して上位10名とする。これはファイナルプレパレーションエリアでの検査に追加して実施する。

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、隣接するパネルとともに曲がることができないほど固く作られてはならない。縫い目は、着用時のようにジャケットを固く保持するフレームの役割を果たしてはならない。疑わしい場合、上記の方法で縫い目を測定し、３０秒間で３mmたわむことができなければならない。

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予選・本選のＦＯＰ内で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。ファイナルでは即座に２点/ヒットのペナルティが科される。各選手が紹介されて射座まで歩く際、担当ジュリー（ＪＭＩＣ）と第２ジュリーは少なくとも連続した３歩にわたって歩行の様子を観察しなければならない。両者がルール違反に該当すると判断した場合は、それぞれ手を挙げるかお互いに合図して不適切であることを示す。その場で即座に措置を講じて、選手の行動を遮ってはならない。全選手の入場と紹介が終わった後、ＪＭＩＣは該当選手のもとに行き、グリーンカードを提示して２点のペナルティが減点される

旨を告知する。ＪＭＩＣはその後ＣＲＯおよびアナウンサーのもとへ行き、当該選手がドレスコード違反によりペナルティを科された旨を説明し、観客に向けてアナウンスできるようにする。

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、その長さおよび幅の全体にわたり同一の素材および組成で作られ、足の前部全体で曲がることができなければならない。選手は取り外し可能な中敷きまたは挿入物を使用できるが、それらも足の前部で曲がることができなければならない。

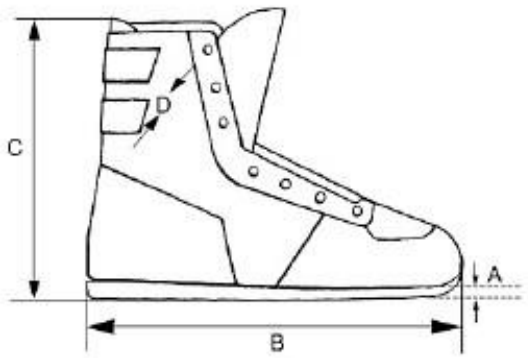
7.5.3.3 靴底が柔軟であることを示すため、選手は、ＦＯＰにいるときはいつでも普通の歩き方（踵からついてつま先でけるおよび膝を曲げる）をしなければならない。特にファイナルにおいて、紹介を受けながら入場する際にはこの歩き方が適用される。衣服や靴が極端に動きを制限したり、サポートが強すぎて自然な歩行が不可能な場合は、最初の違反には警告が、違反を繰り返せば２点の減点が科され、失格となる場合もある。

7.5.3.4 床面から靴の上端までの高さ(**靴の図**のC)は靴底の長さの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：１０mm
B	靴の全長：はいている者の足の大きさにあったもの
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：４mm
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５．０mm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５．０mm（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１００mmを超えてはならない。（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８０mm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、６．０～８．０ｋｇ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１２mm以内の範囲のことであり、この範囲は厚さが、許可された２．５mmを超えてもよい。ジャケットの前合わせを閉じるために使用できるボタンホールは、同時に最大５個までが許される。
注）８０mm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、８０mm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、ビンディング**－人工的な支持を与えるためのストラップ、ひも、ビンディング、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るみを集めるために、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２．５mm以内、固さは３．０mm以上の制限が守られていなければならない。

7.5.4.5 **サイドパネルー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７０mm下部２０mm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、前合わせを完全に閉じた状態で、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。ジャケットの生地の表面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裏地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。

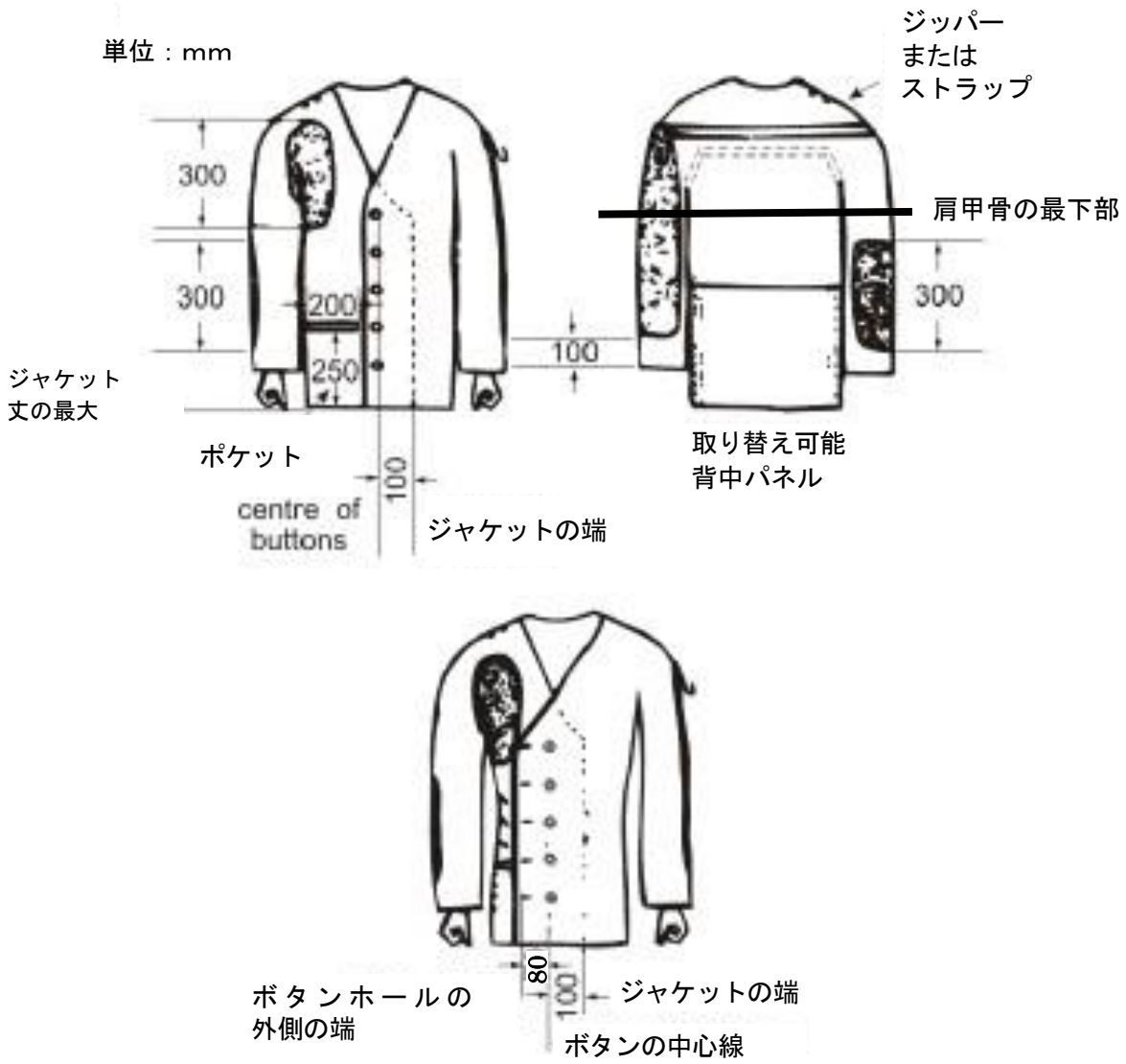
ｄ）バットプレートの当たる肩の部分の補強パッチは最も長い個所を測定して３００mmを超えてはならない(7.5.4.9 参照)。

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（左利きの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。



ジャケットの下端は、選手が両腕を体側に付けた状態で、握りこぶしの下端より長くてはならない。

7.5.4.10 **ジャケットの固さ**－選手がジャケットを着用しているとき、腕の部分を除く肩甲骨の最下部より上の部分全体は、以下の条件に従って、ジャケットの残りの部分よりも固くてもよい。
上部の部分（一重の厚さで）は、公認の固さ測定装置で測定して、３０秒以内に３mm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。
肩甲骨の最下部より下のジャケット部分および袖（一重の厚さ）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、一重の厚さのジャケットパネルとして行われる。例えば、最大厚さ２．５mmの折りたたまれていないパネル（7.5.2.1参照）。
これらの規定は、選手の脚、体または腕の動きを固定したり、過度に抑制する特別な装置、手段または衣服の使用を禁止する6.7.4.2の原則に反して、過度のサポートをジャケットが提供しないように、ジャケットの固さを軽減することを目的とする。しかしながら、立射姿勢でライフルを構える際の背中上部および肩への負担を軽減するために、選手にはある程度のサポートが必要なことは認識されており、これがジャケット上部の固さが他の部分より固くてもよい理由である。
現在使用されているほとんどのジャケットは、必ずしも仕立て直しを必要としないが、新品の

時には、必要な柔軟性を実現するために、曲げたり補正したりする必要がある。

7.5.5 **射撃ズボン**

7.5.5.1 **厚さ**－射撃ズボンの厚さは、どの平らな面で測定しても、裏地を含めて、一重で２．５mm、二重で５ｍｍを超えてはならない。許容厚さを超えない限り、素材の層の数は問わない。

ａ）**高さ**－射撃ズボン着用の際、上端が骨盤の頂点より５０mm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４０mm以下、厚さ３mm以内の通常のベルトまたは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７０mmを超えてはいけない。ウエストバンドの厚さが２．５mm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３．５ｍｍ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２０mmを超えてはならず、ベルトループ間は８０mm以上あること。

ｇ）**ズボン留め（腰の部分）**－ズボンは、１つのホックと最大５個の受け金具、最大５個の調節可能なスナップボタン、類似の留め具、または重ねて使用しないベルクロ（マジックテープ）で閉じることができる。使用できる留め具の種類は１種類のみとする。ベルクロと他の留め具の併用は禁止される。

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に使用できる。

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。

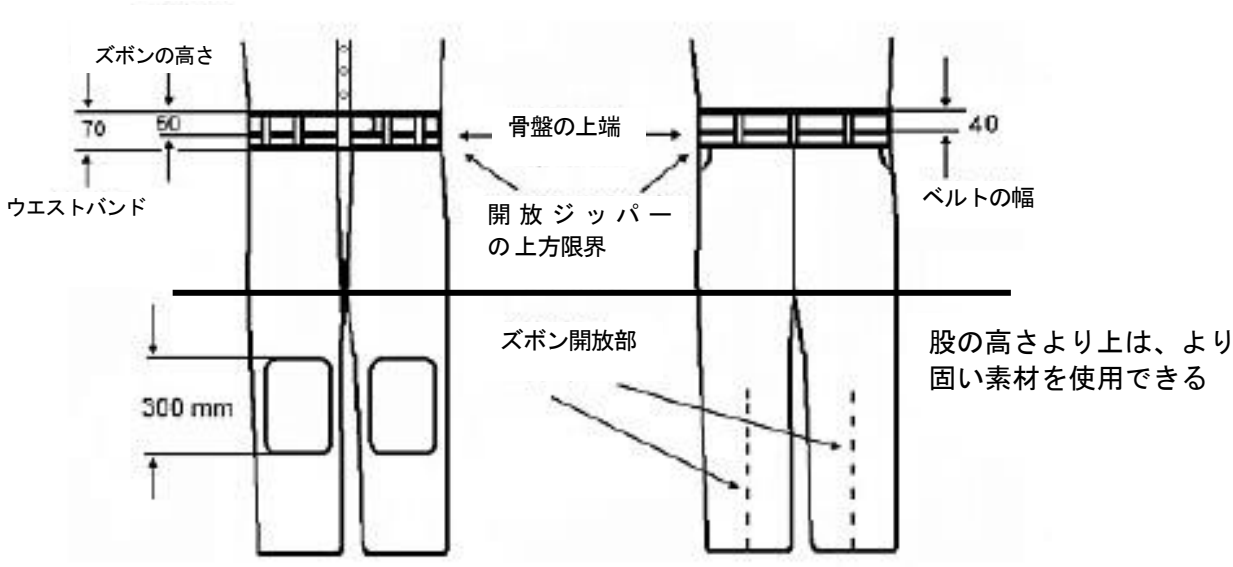
ｃ）ズボンの各々の脚部にファスナーが１本だけ許される。ファスナーの上端はズボンの上端から７０mm以上離れていなければならない。しかし、ファスナーがズボンの脚部の最下部に達してもよい（射撃ズボンの図7.5.5.5参照）1 本のファスナーをズボンの脚の上部前方または脚の後部に取り付けることは許されるが、１本の脚の前後両方に取り付けることは許されない。

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３００mm、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１０mm、二重で２０mm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いずれのステージでも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。

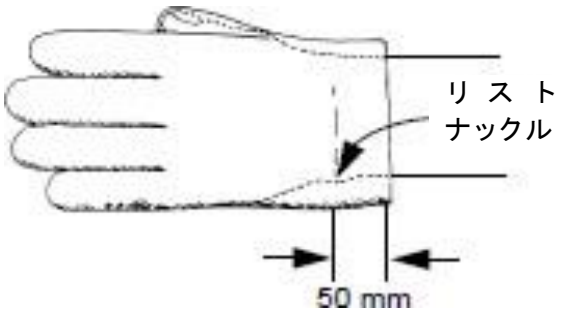


7.5.5.6　**射撃ズボンの固さ**－ズボンは、薄い裏地を含む複数の層の素材で作ることができるが、合計の厚さが一重で２．５mm、二重で測定する場合は５mmを超えてはならない（7.5.2.1参照）。ズボンの股の高さより上の部分は、下の部分より固くすることができるが、以下の条件を満たしている必要がある。ズボンの股の高さより上の部分は公認の固さ測定装置で測定して、３０秒以内に３mmのたわみを測定できるという固さ検査に合格しなければならない。
股の高さより下のズボンの両脚の部分は、同様の検査に、１５秒以内で合格しなければならない。
固さ検査は、構造上何枚もの素材の層があったとしても、一重の厚さのズボンパネルとして行われる。例えば、最大厚さ２．５mm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、１６mm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、５０mm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２．５mm、二重で５mm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 **用具とアクセサリー**

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、選手はライフルを手で保持し続けなければならない。

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、スタンドを撃発と撃発の間に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にかかわらず、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。柔軟でなく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ンダーとして使用するように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 射撃姿勢

7.6.1.1 膝射（ニーリング）

ａ）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。
ｂ）ライフルは両手と右肩で保持できる。
ｃ）ほほはストックに置くことができる。
ｄ）左肘は左膝の上で支えられなければならない。
ｅ）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。
ｆ）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または足首の下に置く場合は、足を４５度を超えて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との間には、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）両前腕および肘より前の射撃ジャケットの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）ライフルは両手および肩、または肩の近くの上腕部で保持することができる。ライフルが胸の上部を横切って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。リアサイトおよび取り付けた目かくし板を含むライフルと、選手の顔の間には、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ず、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）		試射的数（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	ｵｰﾌﾟﾝ	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 ﾌｧｽﾅｰも使用できない
※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）

項目	**条項**
１種目１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
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
１０ｍエアライフル	7.4.2/7.4.4
５０ｍライフル	7.4.5
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
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
規格一覧表－ライフル	7.7.5
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
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
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
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
ざらざらの表面－射撃ジャケット	7.5.4.7
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－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－そろったペア	7.5.3.5
射撃靴－上部の素材	7.5.3.1
射撃靴－中敷き	7.5.3.2
射撃靴－寸法表	7.5.3.6

項目	条項
射撃靴－歩き方	7.5.3.3
射撃靴－高さ	7.5.3.4
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
射撃シューズ	7.5.3
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－そろったペア	7.5.3.5
射撃シューズ－上部の素材	7.5.3.1
射撃シューズ－中敷き	7.5.3.2
射撃シューズ－寸法表	7.5.3.6
射撃シューズ－歩き方	7.5.3.3
射撃シューズ－高さ	7.5.3.4
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：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：最大厚さ	7.5.4.8.a
射撃ジャケット－あて物：肘	7.5.4.8.b
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－スリングのずれ防止	7.5.4.8.c
射撃ジャケット－図と寸法	7.5.4.9
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－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－補強パッチ	7.5.4.8
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：最大厚さ	7.5.4.8.a
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－両腕を真っ直ぐにする	7.5.4.6
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）の縫い目	7.5.4.5
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－肩あて付近の生地のたるみ	7.5.4.3
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－胴部、そで、厚さ	7.5.4.1
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、射撃ズボン、射撃グローブの素材	7.5.1.1
射撃ジャケットおよび射撃ズボンの下の衣服	7.5.7
射撃ジャケットと射撃ズボンの数	7.5.1.2
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－サスペンダー	7.5.5.1.d

項目	条項
射撃ズボンー図と寸法	7.5.5.5
射撃ズボンーズボンの上部	7.5.5.1
射撃ズボンー引き締め-ひも、ジッパー、ファスナー	7.5.5.1/7.5.5.2
射撃ズボンーベルト	7.5.5.1.d
射撃ズボンー補強パッチ	7.5.5.3
射撃ズボンー留め具	7.5.5.1.g
射撃ズボンー留め具：ズボンの前開き	7.5.5.2 a
射撃ズボンー留め具：ズボンの脚部	7.5.5.2.c
射撃ズボンー脚部のゆるみ	7.5.5.1
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
視力矯正レンズ	7.4.1.6.b
銃身	7.4.1.5
銃身/延長チューブの穴	7.4.1.5
銃身/延長チューブ内の装置	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
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
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
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
バットプレートーオフセットー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
引き金の重さ－３００ｍスタンダードライフル	7.4.3.a
左利き選手ー右利き選手	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.d
左眼照準ー右利き/右目照準ー左利き	7.4.1.6.d
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ー300mスタンダードライフル／10mエアライフル	7.4.2.1.f
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

項目	条項
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
フック－５０ｍライフル	7.4.5.1
普通に歩く	7.5.3.3
プローン（伏射）	7.6.1.2
補強パッチ－射撃ジャケット	7.5.4.8
補強パッチ－射撃ズボン	7.5.5.3
補強パッチ－服装厚さ表	7.5.2.1
帽子またはバイザー	7.5.8.8
マズルブレーキ	7.4.1.5
右利き選手－左利き選手	7.1.3
右利きの選手が左眼で照準－左利きの選手が右眼で照準	7.4.1.6.d
ミラージュバンド（陽炎ベルト）－３００ｍライフル	7.4.5.4
目かくし板－リアサイト	7.4.1.6.d
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－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－３００ｍスタンダードライフル／１０ｍエアライフル	7.4.4.2
ライフル種目－種目本選一覧表 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
ライフル共通規格	7.4.1
ライフル機構の長さ－１０ｍエアライフル	7.4.4.a
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