PARTICIPANT GUIDE

Regularity Rally in MONTRE 2026

参加者手引書

速さを競うラリーではなく、正確さを競うラリー



2026年11月21日（土）～22日（日）｜群馬県安中市周辺

本書は説明用の案です。特別規則書・公式通知・ブリーフィングを優先してください。

02

この大会の位置づけ

FIA Eco Rally Cupへの入口として、競技の基本を実車で体験します

日常の市販車

無改造のEV・FCV
公道で使う安全装備

›

MONTRE 2026

JAF第1種アベレージラリー
＋FIA型の仮想CP

›

FIA方式を学ぶ

平均速度・GPS計測
充電・電費確認

›

FIA Eco Rally Cup

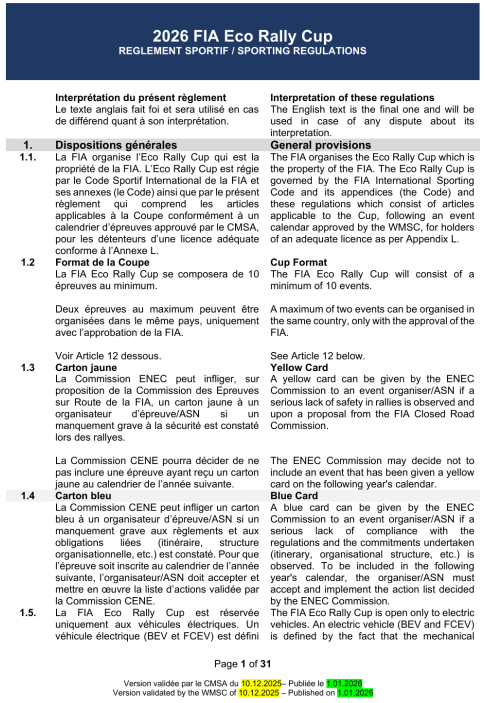
レギュラリティ＋エネルギー性能

今回の正式順位はレギュラリティの減点合計で決定。電費は計測しますが順位には算入しません。

03

FIA Eco Rally Cupとは

普通の市販EVで、正確な走行とエネルギー効率を競う国際シリーズ



2026 FIA Eco Rally Cup
REGLEMENT SPORTIF / SPORTING REGULATIONS

	Interprétation du présent règlement Le texte anglais fait foi et sera utilisé en cas de différend quant à son interprétation.	Interpretation of these regulations The English text is the final one and will be used in case of any dispute about its interpretation.
1.	**Dispositions générales**	**General provisions**
1.1.	La FIA organise l'Eco Rally Cup qui est la propriété de la FIA. L'Eco Rally Cup est régie par le Code Sportif International de la FIA et ses annexes (le Code) ainsi que par le présent règlement qui comprend les articles applicables à la Coupe conformément à un calendrier d'épreuves approuvé par le CMSA, pour les détenteurs d'une licence adéquate conforme à l'Annexe L.	The FIA organises the Eco Rally Cup which is the property of the FIA. The Eco Rally Cup is governed by the FIA International Sporting Code and its appendices (the Code) and these regulations which consist of articles applicable to the Cup, following an event calendar approved by the WMSC, for holders of an adequate licence as per Appendix L.
1.2	**Format de la Coupe** La FIA Eco Rally Cup se composera de 10 épreuves au minimum. Deux épreuves au maximum peuvent être organisées dans le même pays, uniquement avec l'approbation de la FIA. Voir Article 12 dessous.	**Cup Format** The FIA Eco Rally Cup will consist of a minimum of 10 events. A maximum of two events can be organised in the same country, only with the approval of the FIA. See Article 12 below.
1.3	**Carton jaune** La Commission ENEC peut infliger, sur proposition de la Commission des Épreuves sur Route de la FIA, un carton jaune à un organisateur d'épreuve/ASN si un manquement grave à la sécurité est constaté lors des rallyes. La Commission CENE pourra décider de ne pas inclure une épreuve ayant reçu un carton jaune au calendrier de l'année suivante.	**Yellow Card** A yellow card can be given by the ENEC Commission to an event organiser/ASN if a serious lack of safety in rallies is observed and upon a proposal from the FIA Closed Road Commission. The ENEC Commission may decide not to include an event that has been given a yellow card on the following year's calendar.
1.4	**Carton bleu** La Commission CENE peut infliger un carton bleu à un organisateur d'épreuve/ASN si un manquement grave aux règlements et aux obligations liées (itinéraire, structure organisationnelle, etc.) est constaté. Pour que l'épreuve soit inscrite au calendrier de l'année suivante, l'organisateur/ASN doit accepter et mettre en œuvre la liste d'actions validée par la Commission CENE.	**Blue Card** A blue card can be given by the ENEC Commission to an event organiser/ASN if a serious lack of compliance with the regulations and the commitments undertaken (itinerary, organisational structure, etc.) is observed. To be included in the following year's calendar, the organiser/ASN must accept and implement the action list decided by the ENEC Commission.
1.5.	La FIA Eco Rally Cup est réservée uniquement aux véhicules électriques. Un véhicule électrique (BEV et FCEV) est défini	The FIA Eco Rally Cup is open only to electric vehicles. An electric vehicle (BEV and FCEV) is defined by the fact that the mechanical

Page 1 of 31

Version validée par le CMSA du 10.12.2025– Publiée le 1.01.2026
Version validated by the WMSC of 10.12.2025 – Published on 1.01.2026

競技の2本柱

レギュラリティ
指定された平均速度にどれだけ正確に合わせられるか

エネルギー性能
車種差を考慮しながら消費エネルギーを評価

車両の考え方

公道用の量産EV・FCVが中心。車両は原則として無改造。日常の車と一般のドライバーが参加できる形式です。

本大会との違い

本大会はFIA選手権そのものではありません。日本の第1種アベレージラリーを土台に、GPSによる仮想チェックポイント、ジョーカー、電費計測などFIA方式を体験する練習イベントです。

04

レギュラリティラリーの基本

SSラリーとは勝ち方が逆です

SS RALLY

できるだけ速く

ステージ所要時間が短いほど上位
クローズドコースが中心
競技車両と安全装備が前提

REGULARITY

できるだけ正確に

指定平均速度からのズレが少ないほど上位
公道・一般交通の中で実施
道路交通法と安全が最優先

遅れを取り戻すための速度超過は禁止。信号や渋滞では、安全に走り続ける判断が正解です。

05

大会の全体像

2日間、200km弱のうち50 km弱を競技区間（想定）

200 km弱	50 km弱	5 RS＋1 SSRS	2名
総走行距離	RS＋SSRS	競技ステージ	ドライバー＋ナビ

土曜日｜Sections 1–2

RS1 碓氷バイパス
RS2 旧碓氷峠
昼休憩後にRS3・RS4
夕方　安中市役所TC IN（暫定）

DRAFT（案）

日曜日｜Section 3

RS5 地蔵峠
SSRS1 松井田支所
昼前頃 技術ゾーンIN
午後 暫定表彰式

DRAFT（案）

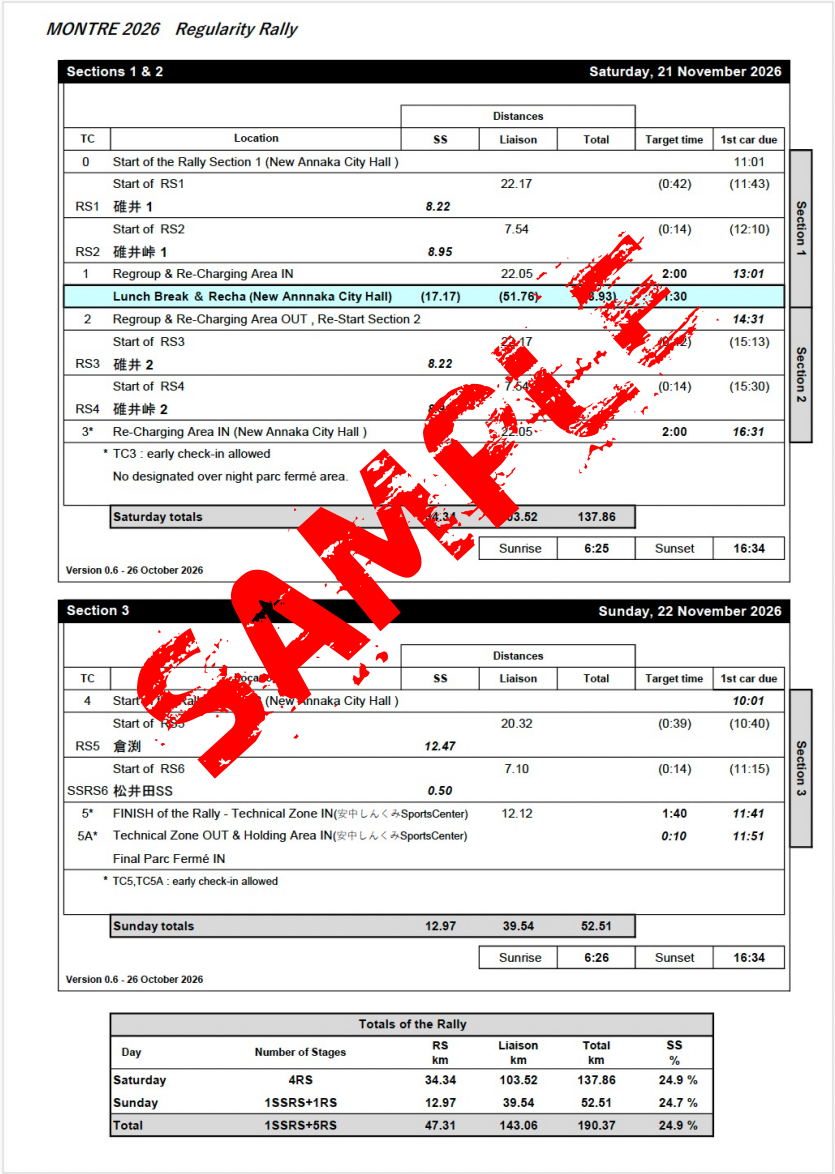
重要

詳細は及び公式通知とスタートリストで必ず再確認してください。

06

アイティネラリーの読み方

TC・RS・リエゾン・目標時間を一枚で確認します（表示のアイティネラリーは仮のものです）



MONTRE 2026 Regularity Rally

Sections 1 & 2 — **Saturday, 21 November 2026**

TC	Location	Distances SS	Liaison	Total	Target time	1st car due	
0	Start of the Rally Section 1 (New Annaka City Hall)					11:01	Section 1
	Start of RS1		22.17		(0:42)	(11:43)	
RS1	碓井 1	*8.22*					
	Start of RS2		7.54		(0:14)	(12:10)	
RS2	碓井峠 1	*8.95*					
1	Regroup & Re-Charging Area IN		22.05		**2:00**	***13:01***	
	Lunch Break & Recha (New Annnaka City Hall)	**(17.17)**	**(51.76)**	**8.931**	**1:30**		
2	Regroup & Re-Charging Area OUT , Re-Start Section 2					***14:31***	Section 2
	Start of RS3		22.17		(0:42)	(15:13)	
RS3	碓井 2	*8.22*					
	Start of RS4		7.54		(0:14)	(15:30)	
RS4	碓井峠 2	*8.95*					
3*	Re-Charging Area IN (New Annaka City Hall)		22.05		**2:00**	***16:31***	
	* TC3 : early check-in allowed						
	No designated over night parc fermé area.						
	Saturday totals	**34.34**	**103.52**	**137.86**			
			Sunrise	**6:25**	Sunset	**16:34**	

Version 0.6 - 26 October 2026

Section 3 — **Sunday, 22 November 2026**

TC	Location	Distances SS	Liaison	Total	Target time	1st car due	
4	Start [illegible] (New Annaka City Hall)					***10:01***	Section 3
	Start of RS5		20.32		(0:39)	(10:40)	
RS5	倉渕	*12.47*					
	Start of RS6		7.10		(0:14)	(11:15)	
SSRS6	松井田SS	*0.50*					
5*	FINISH of the Rally - Technical Zone IN(安中しんくみSportsCenter)		12.12		**1:40**	***11:41***	
5A*	Technical Zone OUT & Holding Area IN(安中しんくみSportsCenter)				***0:10***	***11:51***	
	Final Parc Fermé IN						
	* TC5,TC5A : early check-in allowed						
	Sunday totals	**12.97**	**39.54**	**52.51**			
			Sunrise	**6:26**	Sunset	**16:34**	

Version 0.6 - 26 October 2026

Totals of the Rally

Day	Number of Stages	RS km	Liaison km	Total km	SS %
Saturday	4RS	34.34	103.52	137.86	24.9 %
Sunday	1SSRS+1RS	12.97	39.54	52.51	24.7 %
Total	1SSRS+5RS	47.31	143.06	190.37	24.9 %

SAMPLE

TC

タイムコントロール。指定された分の中でチェックインします。

RS / SSRS

平均速度を守る競技区間。SSRSは閉鎖区間を使うショートステージです。

Liaison

競技区間をつなぐ移動区間。ロードブックどおりに走ります。

Target time

TCから次のTCまでの目標時間。RSの走行時間とは別に管理します。

07

TCカードの使い方

各TCでカードをマーシャルに渡し、時刻を記入してもらいます。

チェックイン前

ナビがカードと時計を管理
直前TCの記録時刻にTarget Timeを足し、Due Timeを記入
指定されたチェックイン地点で待機

TCでの手順

Due Timeの分にTCマーシャルへカードを手渡す
手渡した時刻がチェックイン時刻
記入されたArrival Timeを確認し、カードを受け取る

持参

カードを全区間で携行

記入

Due Timeは参加者が記入

確認

記録時刻をその場で確認

注意

紛失・遅着は減点対象

08

TCカードの時刻計算と例外

前のTC時刻 ＋ Target Time ＝ 次のTCのDue Time

カード記入例（仮の時刻）

TC0 実際のスタート	09:00
TC1 Target Time	02:00
TC1 Due Time	11:00
TC1 Arrival Time	11:02 → 遅着
次の区間の基準時刻	TC1の記録時刻
次TCの計算	11:02 ＋ 01:30

カードに印刷された目標時間

TC0→TC1 02:00
TC1→TC2 01:30
TC2→TC3 02:05
TC4→TC5 01:45
TC5→TC5A 00:10

早着可のTC

カードにはTC3・TC5・TC5Aに「early check-in allowed」と記載。早着扱いの詳細は公式通知とマーシャルの指示で確認してください。

09

スタートからゴールまで

参加者が行うことを順番に並べると、競技の全体像が見えます

1. **参加確認** — 免許・ライセンス・車検証・保険
2. **車検と機器確認** — 車両・タイヤ・GPS・ゼッケン
3. **ブリーフィング** — 公式通知・安全・スタート手順
4. **各Sectionを走行** — TC、リエゾン、RS、再充電
5. **フィニッシュ** — 技術ゾーン、暫定結果、表彰

公式掲示板
Sportity

変更はここで確認

10

2名の役割と車内の分担

運転と計算を分けるほど、正確で安全になります

ドライバー

前方・交通・制限速度に集中
ナビの指示で速度を微調整
遅れが出ても危険な挽回をしない
機器の操作は原則として行わない

ナビゲーター

ロードブックとタイムカードを管理
Rally Tripmeterの距離を読む
平均速度変更地点を告知
TCの理想時刻とチェックインを管理

見える

スマホを確実に固定

届く

ナビ側から安全に操作

消えない

給電・画面設定・通知OFF

迷わない

役割と声掛けを事前練習

11

参加確認と持参物

原本または規則で認められた電子証明を用意します

- [x] 運転免許証（2名）
- [x] JAF国内B以上の競技ライセンス（2名）
- [x] 競技参加者ライセンス
- [x] 自動車検査証
- [x] 自賠責保険証明書
- [x] 競技中に有効な任意保険・共済の証明

車内に積むもの

三角表示板 1個以上
非常用信号用具 1個以上
ファーストエイドキット一式

スマートフォン関係

Rally Tripmeterを入れた端末
RallyStream用端末または同一端末（運用確認）
充電ケーブル・車載ホルダー
モバイル通信・位置情報の設定確認

端末を1台で兼用する場合は、バックグラウンド動作や画面切替を事前にテストしてください。

12

参加車両と改造

原則はメーカー出荷時のまま。日常使用の市販車で参加します

参加対象

- ✓ BEV
- ✓ FCEV
- ✓ 主催者が個別に認めたPHEV

認める装備

- ✓ ドライブレコーダー
- ✓ ナビ・スマホホルダー
- ✓ 距離計・ラリーコンピューター

認めない改造

- ✓ 動力・駆動系の性能変更
- ✓ サスペンション・ブレーキ改造
- ✓ ロールケージ等の競技装備
- ✓ 追加前照灯

車両区分や装着品に迷う場合は、申込前に写真と仕様を事務局へ相談してください。

13

車検とタイヤ

当日の速さではなく、標準状態と安全性を確認します

主な確認項目

参加車両規定への適合
タイヤと冷間時空気圧
GPSトラッカーの取付・作動
ゼッケンとJAF公認競技会之証

空気圧

冷間時はタイヤ表面温度35℃以下。メーカー指定の通常使用値を基準に±5%。前後指定が異なる場合は各指定値。充填は空気のみ。

競技中

空気圧調整は可能。ただし抜き打ち検査があります。主催者指定ゲージの値が判定基準です。

車検前セルフチェック

タイヤ損傷・溝　／　灯火・ワイパー　／　警告灯　／　車内の固定物　／　充電ケーブルと端末

GPS距離計：Rally Tripmeter

モバイルフォン・アプリでの推奨トリップメーター（もちろん使用は任意です）



前日までの設定

iOS / Androidへインストール
位置情報を常時許可・正確な位置情報ON
単位をkm・km/hに設定
通知OFF、画面消灯対策、給電確認

キャリブレーション

主催者の4 km以上の基準区間を走行
アプリ表示距離と公式距離を比較
補正係数を設定し、再走行で確認
タイヤ・空気圧を競技時の状態に合わせる

競技中の使い方

Trip 1：RSスタートからの総距離
Trip 2：ロードブックの区間距離に合わせてナビがリセット
速度表示：確認用。運転者は車両速度計と前方に集中
GPS環境により誤差が出るため、距離変更地点の少し前から読み上げます。

15

RSの走り方

スタートからフィニッシュまで、指定平均速度に沿って走ります

1 **待機**
指定時刻を確認

›

2 **START**
毎分0秒に発進

›

3 **平均速度走行**
変更地点で速度を切替

›

4 **仮想CP**
場所は見えない

›

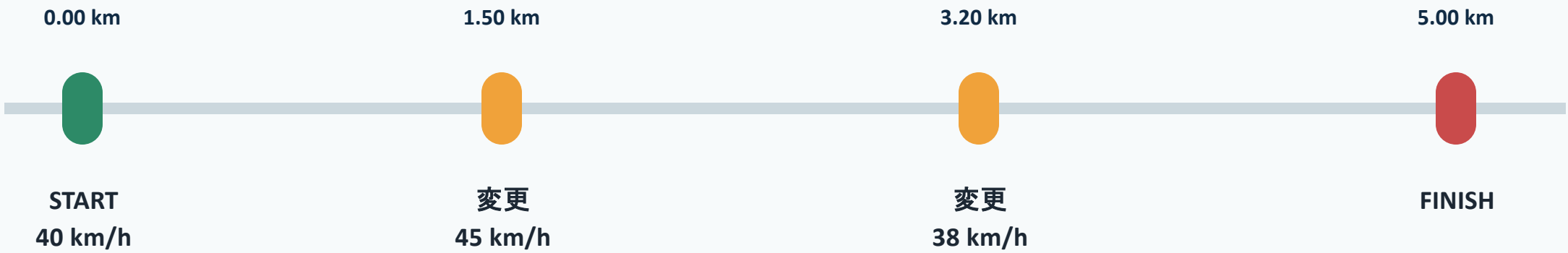
5 **FINISH**
そのまま次のTCへ

運転の優先順位　　1　道路交通法と安全　　2　ロードブックのルート　　3　指定平均速度

信号・渋滞・工事で遅れたら、危険な挽回はしません。遅着側の大きな誤差にはジョーカーが自動適用されます。

平均速度変更の考え方

以下は説明用の架空例です。実際の地点・速度ではありません



ナビの動作

変更距離の100〜200 m前から予告
地点で「45、いま」と告知
Trip 1の総距離を基準にする

ドライバーの動作

急加速・急減速を避ける
新しい平均速度へ滑らかに移行
制限速度と交通状況を優先

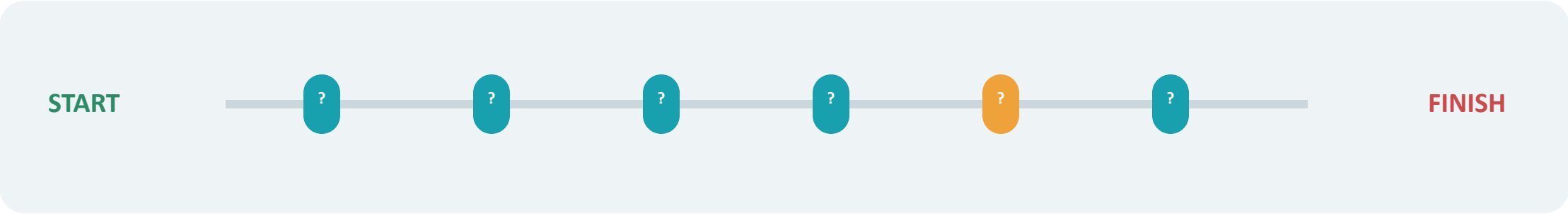
注意

仮想CPの位置は非公開です。変更地点だけを狙わず、RS全体で正確なペースを保ちます。

17

仮想CP・GPS計測・ジョーカー

見えないチェックポイントで、理想時刻との差を記録します



仮想CP

標識・時計・オフィシャルを原則設置せず、主催者のGPS記録で通過時刻を判定。正確な場所は事前に公開しません。

減点

各CPの理想通過時刻から1秒ずれるごとに1ポイント。早着も遅着も減点です。

ジョーカー

一般交通などによる最大の遅着誤差を、規定数だけ自動除外。早着・CP未通過・閉鎖区間には適用しません。

ジョーカーは申告不要。安全を優先して走ったクルーを救済する仕組みです。

18

結果の出し方

ペナルティポイントの合計が少ないクルーほど上位です

主なペナルティ

仮想CPの時刻差	1秒につき 10 pt
TC早着	1分 300 pt
TC遅着	1分 200 pt
CP未通過	1か所 3,600 pt
TC等に不着	1か所 12,000 pt
タイムカード紛失	3,600 pt

順位決定

1 ジョーカーを適用
2 全ペナルティを合計
3 合計が少ない順
4 同点はRS順位の上位回数で比較

今回の電費

エネルギー消費量は計測しますが、レギュラリティ総合順位には加えません。参考順位や特別賞を設ける場合は公式通知で示します。

19

充電・補給・電費計測

外部エネルギーを使える場所と時間は主催者が指定します

できること

指定された再充電エリアで、指定時間内に充電
PHEVの燃料補給、FCVの水素充填は主催者の指示に従う
車両本来の回生ブレーキを使用

禁止すること

指定外の場所・時間での充電
携帯電源、発電機、他車両からの給電
性能向上を目的とする外部エネルギー利用

今回の計測

各レグのスタート・フィニッシュ等で、車両表示または指定機器により消費量を確認する想定。
測定地点・機器・充電手順は公式通知で確定します。

競技結果はレギュラリティのみ。電費データはFIA方式を学ぶための参考値です。

20

安全・トラブル時の対応

競技継続より、法令遵守と安全確保を優先します

1	**信号・渋滞**	無理に取り戻さない。安全に通過し、ナビは状況を記録。
2	**ミスコース**	安全な場所で復帰。逆走や急な転回をしない。CP未通過の可能性をHQへ報告。
3	**故障・事故**	安全な場所に停止し、三角表示板等を使用。直ちにラリーHQへ連絡。
4	**GPS異常**	走行を続けられる場合も、最初の安全な機会に指定担当へ申告。
5	**リタイア**	最寄りのオフィシャルへ届出。困難な場合は電話でHQへ連絡。

21

出発前チェックリスト

前夜に2名で読み合わせ、当日朝にもう一度確認します

- [ ] 免許・ライセンス・車検証・保険
- [ ] RallyStream・端末固定・給電
- [ ] 三角表示板・信号用具・救急セット
- [ ] Sportityと最新の公式通知
- [ ] タイヤとメーカー指定空気圧
- [ ] ロードブック・タイムカード・時計
- [ ] Rally Tripmeter・位置情報・補正係数
- [ ] 充電計画と指定再充電エリア

迷ったときの優先順位　　安全・法令 › オフィシャルの指示 › 公式通知 › ロードブック › 正確な平均速度

本書は参加者説明用の案です。確定事項は特別規則書、公式通知、Sportity、ブリーフィングで確認してください。