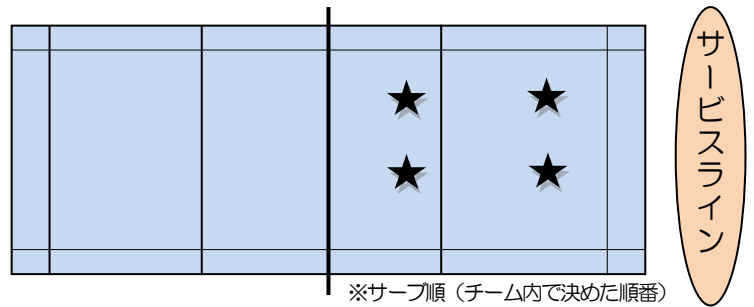


《 各種目の基本的なルール等 》

<バドミントンコートを使用>

★ソフトバレーボール★ (大人の部)



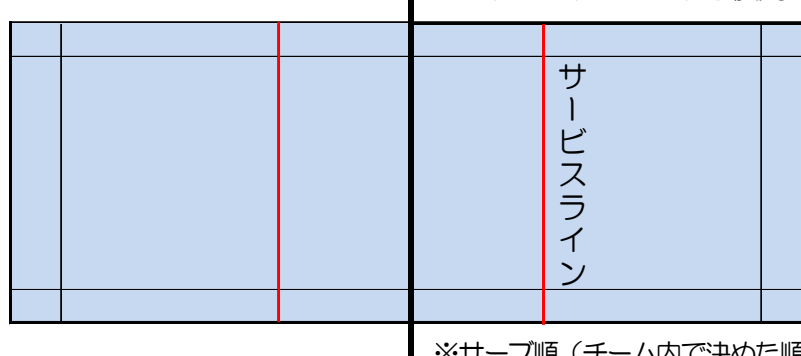
- 1チームの人数は4人制。
- 試合は、9点（ラリーポイント制）の3セットマッチとし、2セット取ったチームを勝者とする。
2セット目で勝敗が決しない場合は、3セット目を5点マッチで行い、5点先取したチームを勝者とする。
※決勝戦では11点ラリーポイント制とする。（3セット目は5点マッチ）
※全てデュースはなし。
- 選手交代はセット終了後に必ず行い、2セットの間に、必ず6人の選手全員が出場しなくてはならない。
（ゲーム途中での交代は原則なし、けがによる交代のみ可能）
- コートはバドミントンコートを準用する。ネットの高さは2mとする。
- サーブは一回とし、順番に行う。（ポジションのローテーションは行わなくて良いものとする。）
- ネットインサーブは有りとする。
- そのほかのルールは、（公財）日本バレーボール協会 ソフトバレーボール競技規則を準用しますが、
審判の判定には従うようお願いいたします。

★ハンディについて

男性の人数差でハンディをつける。両チームの男性の人数に2人以上差がでた場合、男性が少ないチームの女性1人にハンディが与えられ、該当者は1回目のサービスミスはノーカウントとなる。
（例）①男性5人女性1人チーム VS ②男性2人女性4人チームの場合、②のチームの女性1人にハンディが与えられる。

★ふうせんバレーボール★ (小学生の部)

<バドミントンコートを使用>



- 1チームの人数は6人制。
- 試合は、9点（ラリーポイント制）の1セットマッチとする。デュースはある。
（時間制限：10分※デュースの場合、最大でも13点取ったチームが勝ちとする。）
- サーブは一回とし、順番に行う。サービスラインの後ろからサービスを行い、ネットに当たった場合はミスとなる。（ネットインサーブは無し。サーブは投げ入れ可）
- コートはバドミントンコートを準用する。ネットの高さは1.55mとする。
- ふうせんが自コートに入ってから、全員一度はふうせんに触れてから合計7回以内で相手コートへ返します。
- サーブを失敗したり、ふうせんをコートへ落としてしまったり、1人が連続で2度触ったり、全員が触る前に返球したり、7回以内に返さなかった場合は、相手に1点加点されます。
- サーブは得点をしたチームが続けて行います。

※ハンディなし

★ドッチビー★

☆ドッチビーとは☆

フライングディスクを使った、ドッジボール形式のニュースポーツです！



- 1チームは6人制（全員）とする。
- ゲーム開始時、4人は内野・2人は外野（ゲーム開始時の外野はピブス着用）に入る。
- 1ゲームは5分間の1セットとし、相手内野選手を全員アウトにするか、ゲーム終了時に内野の人数の多いチームを勝者とする。（同数の場合は、1人アウトになるまでのサドンデスの延長戦で決する。）
- 試合開始最初は1枚ディスクで行い、2分経過後から2枚ディスクで行う。
- ディスクを当てられた内野選手は、外野エリアへ移動する。試合再開は当てられたチームの内野選手からの投球とする。
- 外野選手となった場合は、再度、内野へ戻ることはできない。ただし、最初に外野にいた選手（ピブス着用）2人は、内野で当てられた味方に代わって内野に入ることができる。
- 1回の投球で、複数の選手を当てた場合は、当てられた全ての選手がアウトとなる。
- ディスクを持った選手は5秒以内に投げることにし、5秒経過した場合は、相手チームのディスクとなる。
- 味方同士（内野 ⇄ 外野 ・ 外野 ⇄ 外野）のパスは5回までとする。6回行った場合は相手のディスクとなる。

★ハンディについて

【 大人の部 】

男性の人数差でハンディをつける。両チームの男性の人数に2～3人の差がでた場合は、男性が少ないチームの女性1人に与えられる。男性の人数4～6人の差がでた場合は男性が少ないチームの女性2人にハンディが与えられる。該当者は1度目のアウトはノーカウントとなる。

(例) ①男性5人女性1人チーム VS ②男性2人女性4人チームの場合、②のチームの女性1人にハンディが与えられる。

【 小学生の部 】

4年生以上の人数差でハンディをつける。両チームの4年生以上の人数に2～3人の差がでた場合は4年生以上が少ないチームの3年生以下の1人に与えられる。4年生以上の人数に4～6人の差がでた場合は、4年生以上が少ないチームの3年生以下の2人にハンディが与えられる。該当者は1度目のアウトはノーカウントとなる。

(例) ①4年生以上5人3年生以下1人チーム VS ②4年生以上1人3年生以下5人チームの場合、②のチームの女性2人にハンディが与えられる。

※両部門とも、このハンディを与えられた選手が1回もアウトにならなかったとしても最後は1人分として数える。

★綱引き★

○1チームは6人以内で行う。人数は、下記の「綱引きハンディについて」に従い人数を調整して行う。お互いに引き合い、中心線を自陣の勝利線まで引き込めば勝利。

○試合時間は40秒間とし、時間内に勝敗が決しない場合は終了時点の優勢チームを勝者(優勢勝ち)とする。

○1ゲームは2本引きとする。(2本目が終了した時点で引き分けの場合は、下記の通り勝敗を決める。)

- ・両者とも通常勝利の場合…勝った時のタイムが短いチームの勝ちとする。
- ・1本が優勢勝ちの場合…もう1本が通常勝利したチームを勝ちとする。
- ・2本共に優勢勝ちで分けた場合は、優勢となった距離の長い方を勝ちとする。

○滑り止め(炭酸マグネシウム)等の使用は禁止です。

○安全面から、**上着は長袖のものを着用**とする。

○綱引き専用のレーンマットを使用するため、素足は禁止とする。

★ハンディについて

【大人の部】

男性の人数差でハンディをつける。両チームの男性の人数に2人以上の差がでた場合は、男性が多いチームの男性1人が抜ける。

(例) ①男性5人女性1人チーム VS ②男性2人女性4人チームの場合、①のチームの男性1人が抜ける。

【小学生の部】

4年生以上の人数差でハンディをつける。両チームの4年生以上の人数に2~5人の差がでた場合は4年生以上が多いチームの4年生以上1人が抜ける。4年生以上の人数に6人の差がでた場合は、4年生以上が多いチームの4年生以上2人が抜ける。

(例) ①4年生以上6人 VS ②3年生以下6人の場合、①のチームの4年生以上が2人抜ける。

※両部門とも、1本目で抜けた人は、2本目交代をして必ず参加する。