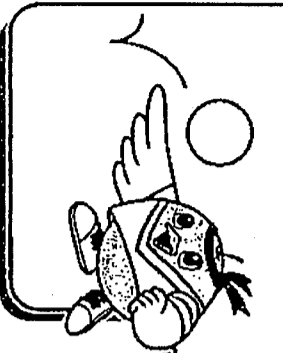


バウンズボール



会場地 南部町

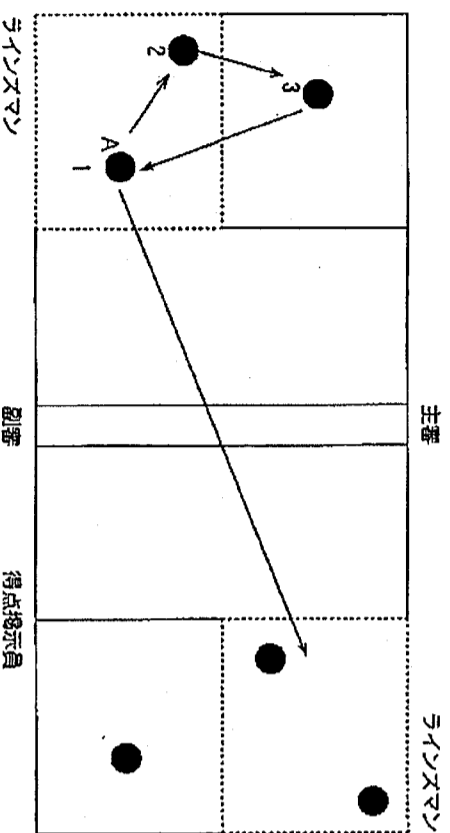
会場 南部町農業者トレーニングセンター
南部中学校体育館

バウンズボールとは

1. バウンズボールは、鳥取で生まれた新しい生涯スポーツです。子供から大人まで、年齢、性別に関係なく、日常スポーツに親しみの少ない方々も気軽にゲームを行うことができます。室内外に関係なく、専用ネットとバドミントン（シングル）コート程度の広さがあればどこからでも楽しむことができます。
2. 使用するボールは特製球（専用の競技球と応用球）で、柔らかいので突き指等の心配はありません。ワンバウンドしたボールを手のひらで打つので、恐怖心もなく、特別の用具もいりません。
3. ルールは簡単で、誰でもゲームができ、又誰でも審判をすることができます。時間的にも10数分のゲームで、適当な汗を流して、楽しいゲーム展開を繰り広げることができるので、生涯スポーツとして最適です。

主なルール

1. コートとネット
コートは5m×12m（両面6m） ネット（専用ネット）の高さは75cmです。



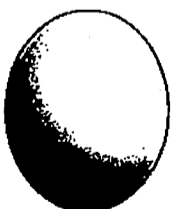
※バウンズボールのネットは専用の支柱で支えているため、どこにでも設置できるようになっています。また、万一ネットに倒れたときも、ネット全体が安全に倒れるように設計されており、けが等がないように工夫されています。

競技球



直径 25cm
重量 90g

応用球



直径 20×25cm
重量 80g

2. ボール（バウンズボール専用ボール）

①競技球…丸型直径25cm 重量は90g

②応用球…楕円直径20cm×25cm 重量80g

1. チーム構成

①トリプル（3人1組）を基本として、シングル、ダブルス、の対戦方式でもゲームを行うことができる。

②組み合わせは、男子別、女子別、男女混合、親子ペア等で、年齢は関係ありません。

※ トリプルの場合、選手3名、補欠1名、監督1名、コーチ1名で1チーム6名とする。（但し、監督、コーチは、選手、補欠を兼ねても良い）

プレイの進め方

- ①得点

☆1セット15点で3セットマッチを行う（15点先取りで、延長はありません）。また、相手のミスによって得点となりサーブ権が移ります。

- ②サーブ

☆アンダーサーブ（肩より手が上にあがらないこと）1回自分のコート内でワンバウンドさせたものを片手で打ち、対角の相手コート内に打ち込みます（点線内から点線内であればどこでもよい）。
☆サーブがネットイン、または、味方にあたった場合はアウトボールです。

☆コートのラインにかかったボールはセーフです。

③ポジション

☆サーブ順は図のように行い、サーブ後のポジションは自由です。

☆ポジションの移動は、サーブ権を得たとき、時計方向に回り1つずつ移動します。

④サーブレシーブ

☆レシーブは、片手又は両手でワンバウンドのボールを相手コートに返します。

(ただし、70歳以上の方または、身体に障害のある方はツーバウンドで打ってもよい)

☆ボールは、レシーブ側の誰がレシーブしてもかまいません。

☆ワンバウンドしたボールを1回で相手コートに返しラリーを続ける。

☆レシーブしたボールは、ネットにふれて相手のコートに入ってもセーフです。

競技の見どころ

☆ボールが柔らかくて、ワンバウンドで打つため恐怖感がなく、誰でもすぐにゲームを行うことができます。特性のボールのため、ラリーが続くうちに思わぬ方向にバウンドし、珍プレー好プレーが続出してゲーム中は笑いが絶えません。

☆経験によって勝敗に大きく影響が出ることがないので、結果の予測がつきにくいのが特徴です。

☆ルール of 工夫次第で、子どもから大人まで、また身体に障害のある方まで誰でもいっしょに楽しめるゲームになります。



▶お問い合わせ先

鳥取県バウンスボール協会

理事長 敦賀 幸雄

〒680-0852 鳥取市東今在家 67-21

TEL/0857-24-6404

FAX/0857-24-6339

E-mail bounce-tottori1987@tea.ne.jp