

至急回覧

愛鷹地区レクスポ大会のお知らせ

平成 27 年 5 月 14 日
赤坂体育部

スポーツを通して日頃の運動不足解消と愛鷹住民相互のコミュニケーションを図ることを目的として、第25回愛鷹地区レクスポ大会が開催されます。
参加希望の方は、下記にご記入下さい。なお、参加希望者が登録人数に満たない場合は参加を取りやめる場合がございますことをあらかじめご了承ください。

記

- 1 日 時 平成 27 年 5 月 17 日(日)
午前 8 時 30 分～
- 2 会 場 愛鷹小学校体育館
- 3 チーム編成 1 チーム登録 4 ～ 12 名(キンボール)
1 チーム登録 3 ～ 12 名(ファミリーバドミントン)
(参加資格中学生以上、チーム男女混合可)

以上

<キンボール>

<ファミリーバドミントン>

組	氏名	組	氏名

※ 各組長へのお願い

申込み締切日 5 月 1 日の都合上、至急回覧とさせていただきます。
参加希望者がある場合は、4 月 29 日(水)までに体育部長瀬川まで連絡ください。参加ない場合は連絡不要です。

お手数をおかけして申し訳ございませんが宜しくお願い致します。

第25回愛鷹地区レクスポ大会要項

競技種目 キンボール

- 主 旨** (キンボール)というスポーツを通して日頃の運動不足解消と地域住民相互のコミュニケーションを図ること。
- 主 催** 愛鷹地区体育委員会
- 日 時** 平成27年5月17日(日) 午前8時30分 (時間厳守)
(体育委員集合時間: 午前8時00分)
- 会 場** 愛鷹小学校体育館
- 出場チーム** 各自治会1チームまでとする。
- チーム編成** 1チーム登録は、4名から12名までとする。(中学生以上)
競技選手4名
- 競技規則** 日本キンボール連盟制定のフレンドリールール及び「ぬまづフレンドリールール」に準ずる。
- 試合方法** 1ピリオド5分で2ピリオドマッチを3試合行う。
最終順位決定は、獲得ポイントです。
同点の場合じゃんけんとする。
- 組 合 せ** 5月14日(木) 体育委員会で抽選。
- 試合用具** 大会本部で用意する。
- そ の 他** 選手は白系の上着で、自治会名のゼッケンを付けて下さい。

第25回愛鷹地区レクスポ大会要項 (案)

競技種目 ファミリーバドミントン

- 主 旨 (ファミリーバドミントン)というスポーツを通して日頃の運動不足解消と地域住民相互のコミュニケーションを図ること。
- 主 催 愛鷹地区体育委員会
- 日 時 平成27年5月17日(日) 午前8時30分 (時間厳守)
(体育委員集合時間: 午前8時00分)
- 会 場 愛鷹小学校体育館
- 出場チーム 各自治会1チームまでとする。
- チーム編成 1チーム登録は、3名から12名までとする。(中学生以上)
競技選手3名
- 競技規則 日本ファミリーバドミントン協会競技規則に準ずる。
- 試合方法 1セット7分で2セットマッチを2試合行う。
最終順位決定は、獲得ポイントとする。
同点の場合じゃんけんとする。
- 組 合 せ 5月14日(木) 体育委員会で抽選。
- 試合用具 大会本部で用意する。
- そ の 他 自治会名のゼッケンを付けて下さい。

◆ キンボール・コンペティションゲーム ◆

1チーム4人、3チームで同時にプレーし、ヒットやレシーブを繰り返し、失敗したら他チームに得点が与えられるゲーム。122cmのキンボールは滞空時間があり、ヒットの仕方によってドライブ、カーブ、ロブなどの高度なテクニックが使える。

場所

体育館で、コートサイズは最大21m×21m、最小13m×16m。この範囲内で行う。参加者の身体条件や年齢等を考慮してコートサイズを決めてよい。また、必ずしも正方形である必要はない。



人数

1チーム4人の3チーム対抗。各チームの最大登録人数は12人。プレーヤーの交代は、ミスや反則があり、プレーが中断した時、何回でも行うことができる。

ゲーム時間

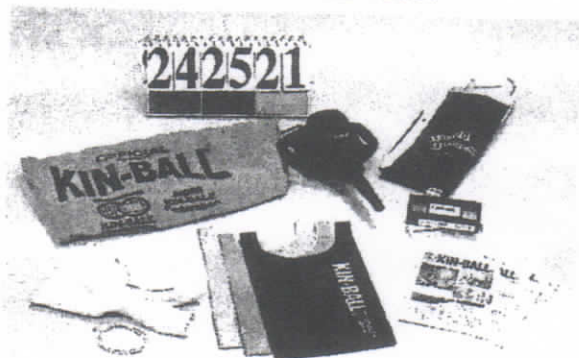
公式ゲームは3ピリオドマッチ。参加者の身体条件、年齢、経験の有無、1チームの登録人数が少ない場合などを考慮し、変更してよい。

※日本の大会では多くのチームとの交流のため通常1ピリオド7分～10分で1ピリオドマッチを3試合行っています。



用具

- ◆ボール 直径1.22m 重さ1kg
- ◆空気入れ(電動が望ましい)
- ◆各チームを示すピンク、ブラック、グレーのゼッケン
- ◆スコアボード(ゼッケンと同色の表示)



勝敗

時間内の総得点数で競う。

競技の概要

★ゲーム開始前に、各チームの登録プレーヤーは全員、チームカラーを示すゼッケン(ピンク、ブラック、グレーのいずれか)を着用する。

★ゲーム開始時のヒット権は、各チームのキャプテンがジャンケンで決める。

オムニキン、グレー



① ゲームやピリオドの開始時は、コートの中央でヒットチームの3人がボールを支え、チームの1人が「オムニキン」※1と「指定するカラー=自チーム以外の2チームのどちらか」をコールし、ボールをヒットする。

★ヒット時は4人全員がボールに触れていなければならない。

※1「オムニキン」の言葉の由来は、オムニ=すべての、キン=運動感覚という意味で、いわば「すべての人が楽しめるスポーツ」という造語。



② コールされたチームは、ボールが床に落ちる前にレシーブする。



③ ボールを床に落とさないよう、チームメートと協力する。

オムニキン、ブラック



④ 今度はレシーブチームがヒットチームになり、3人でボールを支えコール後にプレーヤーの1人がボールをヒットする。これをミスや反則があるまで繰り返す。

★レシーブに失敗すると他の2チームに1点ずつ得点が与えられます。ヒット、レシーブ時に反則した場合も同様に加算されます。

★第2ピリオド目からは最も点数の低いチームがヒット権を得、ゲーム開始となります。同点の場合はジャンケンで決めます。



■ヒット

ヒットとはボールを打ったり、押し出したりすること。ボールをヒットする時は、腰から上であれば、どこを使っても構わない。

△安全面注意 小学生以下及び練習を積んでいない人の場合、ヒットは必ず両手で行うこと。

△安全面注意 ヒット時、ボールを支えるプレーヤーはできるだけ頭を下げる。頭を上げていると、ヒットされたボールが頭に当たる可能性があります。



ヒット時の主な反則

反則名	解説	推奨適用
コンタクトミス	ヒットの瞬間、ヒットチームのプレーヤー4人全員がボールに触っていない場合。	初心者より ※厳密な適用は上級者のみ
コールミス	正しくコールしなかった場合。「コールミス」の一例 1.レフリーにも聞こえない小さなコールの場合。 2.2人以上のプレーヤーが同時にコールした場合。 3.自分のチームカラーや使用していないチームカラーをコールした場合。 4.ヒッターの手がボールに触れる前にコールを言い終わっていない場合(コールしなからのヒットの場合)。 △レシーブチームの混乱を招くため、コールと同時のヒットは反則です。	初心者より ※厳密な適用は上級者のみ
ショートヒット(短いヒット)	ヒットしたボールが1.8m以上飛ばなかった場合。	初心者より ※小学校低学年まではリブレイ
ダウンワードヒット(下向きのヒット)	ヒットしたボールが床と水平以上の角度で飛び出さなかった場合。	初心者より
アウトサイド(アウトボール)	ヒットしたボールが直接コート外に落ちた場合。	初心者より
トゥフェイス(連続ヒット)	1人のプレーヤーが続けて2回ヒットした場合。	初心者より
イリーガルトラベリング(不正な移動)	ヒットインの際、反則を犯したチームは反則があった場所、もしくはボールがヒットされた場所からボールの直径の2倍以内の範囲内(2.5m)であればボールを動かすことができる。それを越えた場合、反則となる。	中級者より

◆補足1 「不当な攻撃(通称トップコール)」について

ヒット時の警告の1つに「不当な攻撃(通称トップコール)」があります。これはスポーツマンシップの精神をもとに狙わなければならない上位チームを攻撃せず、下位チームを何回も不当に攻撃した場合に適用されます。

各チームの2回目で注意(リブレイ)、3回目でスポーツマンシップに反するマイナー警告◆補足2が与えられます。

このルールに関しては、初心者から中級者まではゲームのスピーディーな展開のため、スコアボードを意識すること、得点の高いチームをコールしないと勝てないことなどの説明が望ましいです。厳密な適用は上級者のみです。

◆補足2 「警告」について

キンボールはマナーを重んじるスポーツです。スポーツマンシップに反する態度をとるいかなる個人、チームにもマイナーまたはメジャー警告が与えられます。マイナー、メジャーは他種目でいうところのイエローカード、レッドカードに相当します。

■レシーブ

身体の中のどの部分を使ってボールをレシーブしても構わない。レシーブ後はボールを持って移動しても、パスしてもよい。

△安全面注意 バレーボールのトスのように指先でボールを受けてはいけません。必ず手のひら全体でボールを受けます。



レシーブ時の主な反則

反則名	解説	推奨適用
トラッピング	ボールを両腕等で抱え込んで保持した場合。	初心者より
イリーガルキャッチ(違反キャッチ)	ボールのナイロンカバーや空気挿入口の部分掴んだ場合。	初心者より
レシーブミス	ボールが床につく前にレシーブできなかった場合。	初心者より
アウトサイド(アウトボール)	1.レシーブしたボールがコート外に落ちた場合。 2.レシーブ時、両足がコート外にある場合。	初心者より
イリーガルディフェンス(不正なディフェンス)	レシーブチームはボールから1.8mの範囲内に最大2人のプレーヤーをおくことができる。レフリーがヒットの瞬間に3人以上のプレーヤーがいたと判断した場合。	中級者より
タイムオーバー(時間ルール違反)	1.10秒ルール違反……1番目のプレーヤーがレシーブしてから10秒以内に3番目がボールに触れなかった場合。 2.5秒ルール違反……3番目のプレーヤーがボールに触れてから5秒以内にヒットしなかった場合。	中級者より
ウォーキング	3番目のプレーヤーがボールに触れたら、その時にボールに触れているプレーヤーとその後ボールに触れたプレーヤーはピボット*しか認められず、このことに違反した場合。 ※ピボットとはピボット(軸足)を固定し、その反対の足のみ動かす動作。原則はバスケットボールのピボットと同じ。	上級者より

◆補足 「レシーブチームのポジション」について

ヒットチーム以外のレシーブの2チームは常にボールを中心として四角形をつくるように守備位置につくと効果的です。

■備考

1.キンボールはいかなる身体的な接触をも禁じています。プレーヤーは全員、接触しないよう最善を尽くさねばなりません。

2.キンボールのルールは状況、レベルに応じて、変更することが認められています。

日本キンボール連盟では「フレンドリールールバリエーション」を定め、だれもが参加しやすいように小学生、一般の初中級の対象に合わせています。このルールバリエーションは安全面、スムーズなゲーム展開、チームメイトと力を合わせてゲームする楽しさを重視した、最低限度の反則設定としています。詳細は「ルールブック」をご購入いただくか、日本キンボール連盟ホームページをご参照ください。