

第 17 回スポーツレクリエーション大会
兼 第 28 回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭予選会

スポンジテニス

☆☆実 施 要 項☆☆

1. 参加人数・構成

1 チーム 4～7 人（監督 1 人＋競技者 4 人＋交代員 2 人）

※監督は選手を兼ねることができる。年齢は問わない。ただし、監督が選手として参加する場合は、選手名簿にも必ず名前を記載すること。

※競技者は男女混合ペアもしくは女子ダブルス

2. 実施上の規則及び競技規則

(ア) コートは、バドミントンコート外側（13.4m×6.1m）とする。

(イ) ネットは、バドミントンネットを使用する。

(ウ) ラケットの長さは「55 cm」以下とする。

(エ) ルールは、クロスロード版・スポンジテニスルールを準用する。

①サーブはコートの対角に入れる。コート内では、男女 2 人でプレーするものとする。

②オーバーサーブ・横打ちは後ろから、アンダーサーブは前（コート内ショートサーブライン手前以内）からショートサービスライン後方に入れる。

③サーブは右から 1 回、左から 1 回。それぞれ 2 度のチャンス（ファーストサーブ、セカンドサーブ）

④サーブの順番はジャンケンで（AB 対 CD ならば、A⇒C⇒B⇒D）となる。

⑤レシーブは必ずワンバウンドしてから打つ。

⑥レシーブは右側・左側を 2 人で決め、そのゲーム間交代は不可。

⑦試合は 1 セット 15 点先取で 2 セット。（1 ペア 1 セットずつ）

⑧はじまりはジャンケンでサーブ・レシーブ・場所を選択する。

(オ) 勝敗が同じになった場合の順位決定は、次の順序による。

①セット数 ②得失点差

③代表によるジャンケン 1 回の順で決定する（引分けはない）

3. 表彰

上位 3 チームまでを表彰する。

※上位 4 チームをクロスロードスポーツ・レクリエーション祭の出場チームとする。

4. 参加上の注意

・ユニホーム等の服装については、原則として定めない。

クロスロード版・スポンジテニスルール

用 具：Jr 用テニスラケット（長さ 55cm 以下）

ボ ー ル：スポンジボール（BS 社製を使用する）

服 装：汗を吸収しやすいもの

シューズ：運動靴

コ ー ト：バドミントンコート（ダブルスコート・13.4m×6.1m）

ネ ッ ト：バドミントンネット

高 さ：バドミントンネット幅を参考に（床より 80cm）

持ち方・打ち方は基本的には自由 ※ただし、サーブはノーバウンドで行う
[おもな打ち方]

ワンバウンドで打つ = グランドストローク（ファアハンド・バックハンド）

ノーバウンドで打つ = ボレー（ファアハンド・バックハンド）

高いボールを打つ = スマッシュ

ゲームのはじめ = サーブ（オーバーサーブ・アンダーサーブ）

ルール（初級者用）

- ① サーブはコートの対角に入れる
- ② オーバーサーブ・横打ちはコートの後ろから、アンダーサーブは前（コート内ショートサーブライン手前以内）から、ショートサービスラインより後方に入れる。
- ③ サーブは右から1回、左から1回。それぞれ2度のチャンス（ファーストサーブ、セカンドサーブ）
- ④ サーブの順番はジャンケンで（AB対CDならば、A⇒C⇒B⇒Dとなります）別図参照
- ⑤ レシーブは必ずワンバウンドしてから打つ
- ⑥ レシーブは右側・左側を2人で決め、そのゲームの間交替は不可
- ⑦ 点数は15点先取制。1チーム2セット。
- ⑧ はじまりはジャンケンでサーブ・レシーブ・場所を選択する試合の方法
 - ア) リーグ戦（1パート4チーム・4パート）別表参照
 - イ) 各チームミックス（男女混合）2組つくる。
 - ウ) 勝敗の決定について
 - チーム同士の対戦では・・・1セット15点とし2セット行う。
1セットずつ取り合った場合は引き分けとする。
 - リーグ内での対戦では・・・①勝敗（○勝×敗△分）②得セット数③得失点差④代表によるジャンケン1回

○ サーブの順番図

