

室内ペタンク（ニチレクボール）

用具とコート

室内用ペタンク(ニチレクボール)を使用します。

幅3 m以上、長さ12 m以上の広さのコート。

標準サイズ：幅4 m，長さ15 mくらい。



(2) 人数とボールの数

各チーム6個ずつです。1チーム2人のダブルスでは、1人3個ずつ、3人のトリプルスでは各自2個ずつボールを持ちます。(シングルスときは、1人3個で行います。)

レクとして楽しむために、2人または3人でチームを作りましょう。

(3) 試合の進め方

上の図にあるように、この競技は、相手チームのどの玉よりも、黄色の標的(ビュットと呼びます)に近い位置に味方の球をたくさん置けるかを競う競技です。

はじめに、ジャンケンなどでビュットを投げる権利を決めます。

(★ローカル・ルールで、投げずに距離を指定するという方法で、ビュットの位置を決めたことがあります。それは、体育館の床を痛めないように(転がすように)投げると、ビュットが思うような位置に止まらず、何度もやり直しになる場合があったからです。)

黄色のビュットがサークルから近い方が得意なチームはできるだけ近くに、遠い方が有利と判断すれば遠くをねらって投げる(ただし、サークルの位置から6 m～10 mの範囲であることが条件です。それより近すぎても、遠すぎてもやり直しになります。)ことができますので、ビュットの位置を決める権利をとることは勝負のカギになります。

権利を得た側がサークル内からビュットを投げたあと、そのビュットをめがけて、ボールを投げます。

次に、もう一方のチームが、サークル内からボールを投げます。(ここまでの経過が前図の状態です)

黄色の標的球に当てて、動かすことも認められていますので、常に大逆転の可能性があります。

標的球に近い相手ボールをはじき飛ばすことも OK。
1球1球ゲーム展開が変わります。

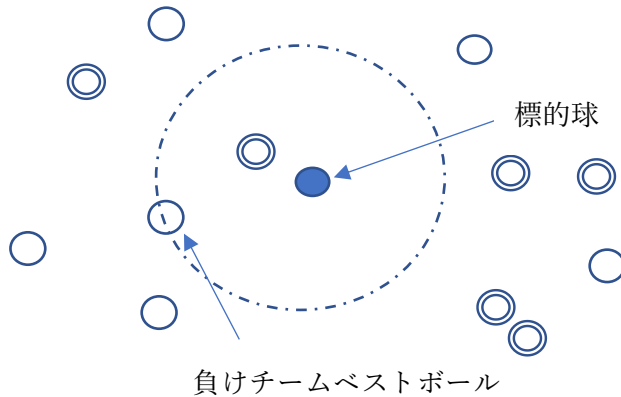
投球は基本的に手のひらを下にして、アンダースローで行います。

この状態で、ビュットから遠い方のチームが次に投げます。チーム内でのメンバーの投げる順番は自由です。(ダブルス、トリプルに応じた個数を守ることに)

その後は、その場面ごとに、ビュットから遠い方のチームが 投げます。持ち玉を投げ尽くしたあとは、もう一方のチームが残りのボールがなくなるまで投げます。

(4) 得点の数え方と勝ち負け

例 1 セット



相手チームのベスト球○より標的球●に近い球◎は 1 個なので◎チームの 1 点

1 セットごとに相手のベストボールよりビュットに近いボールの数が、そのセットの勝利チームの得点となります。

このようにして、どちらかのチームが 1 3 点を先取するまで続けます。

(試合時間で制限したり、1 3 点より少ない点で終わるように設定することもあります。)

☆ろうれんピックなどでは、終了時間に制約がある場合、9 点先取または、時間制限 20 分などにしてローカルルールで実施する場合があります。

(5) 投球時のきまり

両足をサークル内に入れ、線を踏んだまま投げてはならない。

投げたボールが地上に落ちる前に、足がサークルから出たり、地面から離れてはならない。