

NS加賀

(ニュースポーツ加賀)

ファミリーバドミントン

コートは同じですが、バドミントンとは**チョット違うスポーツ**です。

3人対3人で対戦するチーム競技なんです。

ファミリーバドミントンの特徴

- ・バドミントンと比べて、初めての人でも容易にプレーできる。
- ・ラケットのシャフトが短いため、手のひらで打つようにシャトルが打てる。
- ・スポンジボールに羽根がついているため、スピードが抑えられ、
- ・スマッシュが禁止されているので、初めての人でもラリーが続く。

昼の部

- ◆ 場 所 加賀体育館
- ◆ 時 間 9:30~11:30
- ◆ 活動日 毎週金曜日

まずはお気軽に、
見に来てください!!

夜の部

- ◆ 場 所 錦城東小学校体育館
- ◆ 時 間 19:30~21:30
- ◆ 活動日 毎週月曜日

会費

年会費：6,000円（月500円×12ヶ月）

動きやすい服装で、体育館用シューズと
飲みものを持ち、参加してください。



NS加賀

代 表：山村 作造 TEL 090-2129-3336

会 の 目 的：生涯を通じて、健康の保持、増進やレクリエーションを目的に「誰もが、いつでも、どこでも気軽に参加できる」こと、特に高齢者に運動することを奨励して自立と健康福祉に寄与し、健康的な明るい街造りを目的としています。

楽しさが基本！自分なりの動きがベスト！
いっしょに愉快的汗を流しましょう。

<ゲーム方法>

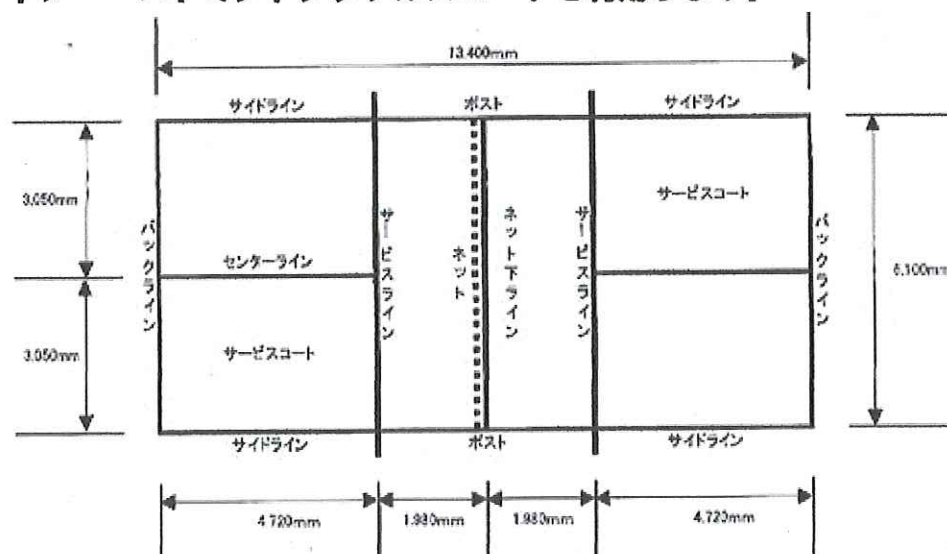
- 試合は前衛 1 人、後衛 2 人の 3 人で行います。
- 前衛はコート内のどこから打ってもかまいません。
- 後衛はサービスラインの前から打つことはできません。
- ボールは 2 回以内で相手のコートに返します。
- サービスは後衛の右側に来た人が、必ず下から、相手コートの向かって左側にサービスラインを超えるところに打ちます。
- サービスは 1 回です。
- ローテーションは、サービス権を相手チームから取得した時に、時計回りに 1 つずつ行います。
- サーブレシーブは後衛の右側の人だけが行うことができます。
- スマッシュはできません。
- ゲームは 3 セットマッチとし、得点はラリーポイント制で、各セットともに 15 点先取したチームを勝ちとします。
14 点对 14 点になった時は、16 点を先取したチームが勝ちとなります。
- 1 セット中、2 回までメンバーチェンジができます。

コート内の競技者は 3 名で、スマッシュが禁止の上、ラケットのシャフトが短くスポンジボールの羽がついているため、スピードが抑えられ、初めての人もラリーができます。

<用具>

- ラケット：ファミリーバドミントン用ラケット（バドミントン用より短くなっています）
- ボール：ファミリーバドミントン用ボール
（滞空時間を長くするため、スポンジに羽をつけています）
- ネット：バドミントン用ネット（高さ 1.55m）

<コート> バドミントンダブルスコートを利用します。



＜競技の方法＞

- ①ジャンケンをして勝ったチームがサービスかコートを選択し、主審の合図で競技を開始します。1セット15点先取でジュースになった時は16点を先取したチームが勝ちです。得点はラリーポイント制です。（2セット先取したほうが勝ち）
- ②チェンジコートは、各セットが終わった時に行います。但し3セット目は一方のチームが8点となった時に行います。
- ③サービスは、必ず下から打ちます。（ボールは腰より下） サービスは後衛右側の選手が行い、相手チームの後衛右側のサービスラインを超えるように打ちます。ネットインしても正しく入ればかまいません。サービスを受ける人は、後衛右側の人だけです。
- ④サービスの順番は相手チームからサーブ権が移った時は、時計回りに1つ位置を変えます。（後衛右側に来た人がサービスをする）
- ⑤攻撃の範囲は、前衛の人はコート内はどこからでも自由に打てますが、後衛の人はサービスラインより前で打つことはできません。
- ⑥返球されたボールは、2回以内に相手コートに返さないといけません。ボールの触れるのは一人1回です。
- ⑦打ったボールが打点より下がった時（スマッシュ）は反則です。

＜プレー上の反則＞

- | | |
|-----------|--|
| ①オーバーネット | ラケットがネットを越えて相手ボールに触れたとき |
| ②タッチネット | ラケット及び身体の一部がネットに触れたとき |
| ③ドリブル | 一人で連続してボールを打ったとき |
| ④ホールディング | ボールをラケットに乗せて運んだとき |
| ⑤ラインクロス | サーバーがラインを踏んでサービスしたとき
後衛がサービスラインを越えて打ったとき |
| ⑥オーバータイムス | 3回以上でボールの返球をした時 |
| ⑦その他 | 相手コート内に身体の一部が入ったとき
サービスをする順番が違ったとき
ラケット以外でボールを打ったとき
サービスを腰から上で打ったとき |