

## 本渡南地区「健康づくり」ミニバレーボール大会 競技規則

1. コート バドミントンダブルスコートを使用する。
2. ネット
  - ・ネットはバドミントンネットを使用する。
  - ・ネットの高さは中央部で2メートルとする。
3. ボール ボールは円周77cm～79cmの白色チューブボール（軽量ボール）を使用する。
4. 人数 同時に出場する選手は、1チーム5名または6名とする。

### 5. 競技

- ①ジャンケンにより、サーブかコートを選択する。
- ②試合は1セットマッチとし、**25点**を先取した方が、勝ちとする。  
ただし60歳以上の部は21点とする。
- ③作戦タイムは1回とすることが出来る。時間は30秒以内とする。
- ④サーブは1回とし、腰から下（アンダーサーブ）で打つこととする。変化球は禁止する。  
ボールは手にのせて、打つ前につまんだり、変形させず、手のひらで打たなければならない。
- ⑤触球は3回とし、3回目にネットに触れたときに限ってあと1回の触球が許される。
- ⑥サーブ権を得たチームは、右回りに1つずつ移動する（ローテーション）。
- ⑦選手交代は、審判の許可を得て行なう（回数は自由）。
- ⑧チェンジコートは行わない。

### 6. アタック

- ①前衛の女性及び60歳以上の男性は、アタックライン内側からのジャンプアタック可。  
ただし60歳以上の部に出場する男性はジャンプアタックはできません。
- ②60歳未満の男性は、アタックライン内側からのジャンプアタックは不可。  
ただし、片足をついてのアタックは可。  
アタックライン外側からジャンプアタックしたときは、アタックライン内側に着地してはいけない（アタックラインに触れてもいけない）。
- ③返球だけならジャンプしてもよい。
- ~~④移動攻撃は禁止する。~~

### 7. 反則

- ①オーバーネット 手がネットから出てはならない。
- ②タッチネット ネットに触れてはならない。
- ③ホールディング ボールを掴んだり、停止させてプレーしてはならない。
- ④ラインクロス サーブを打つときに、エンドラインに触れてはならない。
- ⑤ドリブル 2回続けてボールに触れてはならない。

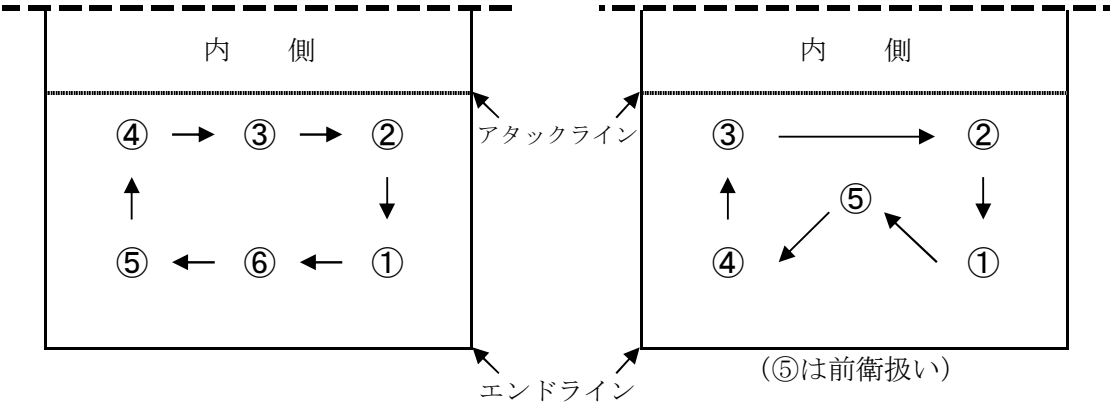
8. その他

①ローテーションの位置

下図のように右回りに1つずつ移動する。

【6人の場合】

【5人の場合】



②サーバーの位置

右後衛の人がサーブを行なう（①の人。番号はサーブを打つ順番）。

③予選及び決勝リーグの順位決定の方法

- ・勝数の多いチームを上位とする。
- ・勝数が同じ場合は得失点差の大きいチームを上位とする。
- ・勝数、得失点差が同じ場合は、代表5人によるジャンケンとする。

コート配置図	本 渡 南 小 学 校	
Aコート	ステージ 本部席	Bコート
Cコート		Dコート