

タスポニー

1 概要

直径17cmのスポンジボールを、素手で打ち合うテニス式のスポーツです。

テニスに準じたルールは簡単で、コートもバドミントンのコート（正式には8m×3.5m、ネット高さが70cm）と小さいので体育館の大きさの左右されることなく、どこでも楽しむことができます。ボールは柔らかいスポンジボールですので、小学生から中高年の方まで幅広い年代層と一緒にプレーすることができます。

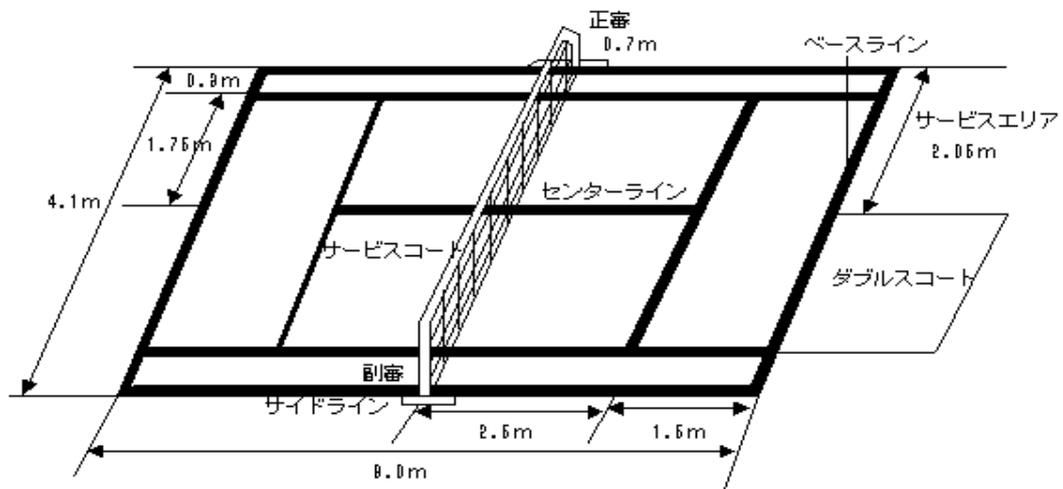
2 用具

ボール・・・直径17cm、重さ50gスポンジ製。1.5mの高さからコートに落とした場合、25～35cmまでの高さにバウンドするものを標準とする。

ネット・・・高さ70cm、幅5m



3 コート



(ソフトタスポニー)

4 ゲームの進め方

- (1) 競技は、シングルス、ダブルス、混合ダブルスの3種目がある。
- (2) 競技の開始に先だて、ジャンケンを行い勝ったものがサービスかレシーブまたはコートのいずれかを選ぶ。コートは1ゲーム終わるごとにチェンジする。
- (3) サービスは、ボールを落下、投げ上げ、投げ落としのいずれかの方法で真直ぐに

ワンバウンドさせ、手のひらまたは手の甲を使って相手サービスコートに打ち返す。

①シングルス

サーバーの得点が0または偶数の時は右側サービスコートから奇数の時は左側サービスコートからサービスをする。

②ダブルス

各ゲームの第1イニングでは、1人だけがサービスをする。次のイニングからは第1サーバーが勝っているあいだは、サービスを続け、負けたときはそのパートナーが第2サーバーとなる。第2サーバーで負けたときは「サービスオーバー」となりサービス権は相手側へ移る。1ゲーム中に、同じサービスコートから続けて2回サービスすることはできない。また、同じ人が続けてレシーブすることもできない。

(4) サービス側がポイントを取った場合は得点になるが、相手側が取った場合はサービス権の移動となる。

(5) 女子シングルスは11点、その他は15点を1ゲームとする。ジュニアの場合は2点連取した側の勝ちとなる。通常は3ゲーム制を採用する。

(6) 相手からのボールは、サーブ以外であればコートに落とさず直接打ち返すことができる。(ボレー)

(7) 手のひら、手の甲以外の身体で打球した、または当たった場合はビサイド・ザ・ハンドの反則になる。

(8) 両手でボールを打球した場合は、ダブルハンドの反則。

