

フリーブロー

I フリーブローってなに？

特殊な吸盤でつくられた安全な矢をターゲットに向かって吹きます。ターゲットはどこでも置けるラック付きで室内・外可能。吹くという動作によって、自然に、腹筋運動ができます。

II ゲームの進め方

1. シングルス、ダブルスともに各自 5 本の矢を持ちます。
2. 最初は 3m の距離から交互に各自 1 本ずつターゲットを狙い。矢を吹きます。
3. 計 10 本終了後、得点を確認します。続いて 5m、7m と行い、総合得点を競います。矢が入った位置によって 2 倍、3 倍の得点になります。

得点

- ・ターゲットは正方形の的で、中心になるほど高得点で、外側の白地部分はマイナス 10 の減点。
- ・各点数エリアに 1 本ずつ矢が入った場合は、得点が 2 倍。
- ・10 点エリアに 5 本とも入った場合は、得点が 3 倍。

