



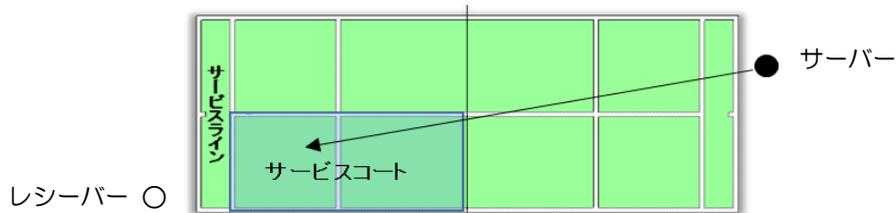
# 『パドルテニス』のルールは？

⇒基本的にはサービス以外は、ほぼテニスと同じです。

パドルテニスのルールは至極単純！パドルというラケットで、ネットで仕切られた相手コートにボールを入れ合い勝負を競うスポーツです。

## ● ゲームの楽しみ方

- ① コインやパドルを回してトスを行い、サーバー・レシーバーとエンドを決めます。
- ② 通常の試合方法の場合、第1ポイントはサーバーが右サイド（デュース）コートの後ろからサービスを行い、その後は1ポイントごとに左サイド（アドバンテージ）と右コートの後ろから交互に行います。1ゲームが終了するまでは、同じプレイヤーがサービスを行います。



- ③ サーブレシーブの場合のみ、必ずボールをバウンドさせてから打たなければなりません、レシーブ以外はノーバウンドで打っても構いません（除：シングルス、7ページ参照）。
- ④ ダブルスの場合、パートナーとのレシーブサイドは同一セット内では替えてはいけないうこととなっています。
- ⑤ レシーバーがサーブを返球したあとは、どちらのプレイヤーが返球しても構いません。
- ⑥ ラインに触れたボールは、コート内に正しく入ったものとみなします。

## ⑦ 試合の方法

パドルテニスの試合は、テニスと同様、ポイント ⇒ ゲーム ⇒ セット ⇒ マッチ（試合）という単位で構成されています。

### ゲーム

- 2ポイント以上の差をつけて先に4ポイント取った方が、そのゲームの勝者となるやり方をスタンダードゲームといい、最も基本的なゲーム方式です。3ポイントずつの場合はデュースとなり、デュースになったらどちらかが連続2ポイントを取らなければそのゲームは終わりません。
- デュースとなった場合、次のポイントを取ったプレイヤーかチームがアドバンテージとなりアドバンテージ側が続けて次のポイントを取れば、そのゲームの勝者となります。反対に、相手がそのポイントを取れば、再びデュースとなります。
- スコアは、下記のように得点を数え、スコアのコールはサーバーの得点を先にします。

ポイント	表示	得点の数え方	
0点	0	ラブ	love
1点	15	フィフティーン	fifteen
2点	30	サーティー	thirty
3点	40	フォーティー	forty
4点		ゲーム	game

サーバー AB組	レシーバー CD組	コールの仕方
0	15	ラブ：フィフティーン
30	30	サーティー：オール
40	0	フォーティー：ラブ
40	40	デュース (Deuce)
デュース後AB組が得点		アドバンテージAorB(プレイヤー名)
CD組が得点して再度デュース		デュース (Deuce)
ゲームが終わったとき		ゲーム

- ・スタンダードゲームのほかに、デュースとなったら次のポイントを取った方をそのゲームの勝者とする（ノーアドバンテージゲーム）方式やタイブレークという方法で勝敗を決めるゲーム方式などがあります。

### セット

- ・最もベーシックなセット方式がアドバンテージセットといわれるものです。この方式では、相手に2ゲーム以上の差をつけて先に6ゲーム取った方がそのセットの勝者となり、2ゲーム差がなければ、2ゲーム差がつくまでそのセットを続けなければなりません。
- ・アドバンテージセットのほかに、6ゲームオールでタイブレークゲームを行いその勝者をセットの勝者とする方式（タイブレークセット）や、相手に2ゲーム以上の差をつけて8ゲームを先に取った方を勝者とする方式（8ゲームプロセット）、また、日本パドルテニス協会が独自に認めるもので、6ゲーム先取というように決められたゲーム数を先に取った方を勝者とするセット方式（テイキング・ファーストセット）などがあります。
- ・セット中は、ゲームが終了するごとに相手プレーヤーもしくはチームとサービスを交代します。また、奇数ゲームが終了するごとにコートエンドを交代します。
- ・パドルテニスでは、試合時間の短縮化のために通常のアドバンテージセット方式を採用するケースは、非常に稀になってきています。

### マッチ(試合)

- ・先に2セット取った方を試合の勝者とする試合方法をベストオブ3セットマッチ、1セットを取った方を試合の勝者とする1セットマッチ、8ゲームプロセットを1試合とするプロセットマッチなどがあります。



### 主な得点の決まり方

- ① サーバーがフォルトやフットフォルトをした場合は、レシーバーの得点となります。  
 ＊決められたエリアに打球が入らなかった場合、それがサービスならフォルト、サービス以外ならアウトといいます。また、腰の高さから上の打点で打ったサービスもフォルトとなります。サーバーがラインを踏んだり、助走をするなど規則を守らなかった場合をフットフォルトといい、やはりサーバーの失点です。
- ② サーブされたボールを、レシーバーやそのパートナーがノーバウンドで打ったり身体に当たったりした場合は、レシーバーの失点です。
- ③ 打球が相手コートに入らなかったりネットを越えなかったりした場合は、そのボールを打ったプレーヤーの失点です。
- ④ サーブ以外のボールでも、ダイレクトで身体や着衣に当たったらそのプレーヤーの失点です。
- ⑤ 自分側に入ってきたボールを2バウンドするまでに打てなかったときは失点です。
- ⑥ ネットを越える前のボールを打った場合、打ったプレーヤーは失点します。
- ⑦ 打球しようとしている相手を故意に妨害したときは失点となります。

## ● こんな場合は、やり直しです

- ① サーブをしたボールがネットに当たってから正しく相手コートに入った場合は、そのサービスをやり直します。これをサービスのレットといいます。
- ② レシーバーが用意できていないのにサーブをしてしまった場合もサービスのレットとなり、そのサービスはやり直しとなります。
- ③ ボールを打とうとした時に、隣のコートからボールが入ってくるなどしてプレーを妨害された場合は、レットとなりそのポイントはやり直しとなります。

## ● パドルテニス独自のルール

- ① サービスは1本だけ。打点の高さは、腰よりも下で打つアンダーサービスでなければなりません。
- ② サービスは、ノーバウンドで打つ方法と、ベースライン後方にワンバウンドさせてから打つ方法の2通りが認められていますが、同一セット中にやり方を変えてはいけないことになっています。



▶ サービスは、ベースライン後方で、まず静止して構えなければなりません。



▶ ワンバウンドさせてから打つサーブ

### ③ シングルスにのみ適用される「ワンバウンドルール」

シングルスのはきは、サーバーはレシーブされた第1球目については、必ず自分側のコートにバウンドさせてから返球しなければなりません。

### ④ ダブルスの際に採用可能な「リストレイントルール (Restraint Rule)」

俗称：バケツルール(Bucket Rule)ともいわれ、ネットから366cm地点にベースラインと平行なライン＝リストレイントラインを設け、各プレーヤーは、レシーバーが完全に打ち終わるまで（インパクト時と同時も不可）、このリストレイントラインを踏んだりラインより前へ出てはならない、というルールです。ただし、サービスが極端に短い場合、レシーバーがこのラインを踏み越した時点で、この束縛はなくなります。

このルールは、必ず適用されるものではなく、大会の主催者が事前の発表をもって採用するかどうかを決定することになります。圧倒的にサーバー側が有利である上級者クラスで適用される場合が多いルールです。