

# 令和5年度 南アルプス市親睦軽スポーツ大会実施要項

- 1 趣 旨 軽スポーツを楽しんでいる市民の親睦、市民の健康づくり支援及び啓発を図る
- 2 主 催 南アルプス市スポーツ推進委員会
- 3 主 管 南アルプス市教育委員会
- 4 期 日 令和5年11月19日(日) 受付 午前8時00分～正午
- 5 会 場 楡形総合体育館(南アルプス市桃園1501-4番地)
- 6 競技種目
  - ① ファミリーバドミントンの部
  - ② さいかつボールの部
  - ③ ボッチャの部
  - ④ モルックの部
  - ⑤ ラジオ体操の部
  - ⑥ 長縄跳びの部
- 7 チーム編成
  - ① ファミリーバドミントンの部 原則3名1チーム(メンバー交代要員として最大5名)
  - ② さいかつボールの部 原則5名1チーム(メンバー交代要員として最大8名)
  - ③ ボッチャの部 原則3名1チーム(メンバー交代要員として最大5名)
  - ④ モルックの部 原則3名1チーム(メンバー交代要員として最大5名)
  - ⑤ ラジオ体操の部 原則3～6名1チーム
  - ⑥ 長縄跳びの部 原則8名1チーム(メンバー交代要員として最大10名)

※各種目1名から出場できる。この場合、スポーツ推進委員を加え1チームとする。
- 8 参加料 無料
- 9 参加資格 原則、南アルプス市に住所を有すること、または南アルプス市内に勤務していること。
- 10 競技方法 裏面参照
- 11 組合抽選 組合せ及び試合日程については、主催者が決定し、大会当日発表する。
- 12 表 彰 各種目上位入賞者を表彰する
- 13 申込方法 次のインターネットフォームより申し込む  
フォームのURL <https://logoform.jp/f/ayn6b>
- 14 申込期日 令和5年11月10日(金)午後5時
- 15 提出場所 〒400-0492 南アルプス市鮎沢1212  
南アルプス市教育委員会生涯学習課、スポーツ推進委員会事務局  
TEL 282-7778 FAX 282-6427
- 16 参加通知 参加チーム代表者に詳細内容を11月17日(金)までに通知する
- 17 注意事項
  - ・選手は必ずゴム底の体育館シューズを着用する
  - ・参加チーム数により午後まで大会時間が延長される場合がある
  - ・主催者はケガ等の応急処置を行うが、その責任は負わない。
  - ・補償については、主催者加入の傷害保険の適用範囲内で行う。

## 競技方法について

- ・南アルプス市スポーツ推進委員が審査するものとする
- ・南アルプス市スポーツ推進委員会が定めるルールを適用する
- ・チームを編成する必要がある場合は、スポーツ推進委員を加え1チームとする。
- ・全ての競技は、総当たり方式を採用する。
- ・次の競技方法は参加チーム数により変更する場合がある

### ① ファミリーバドミントンの部

- ・試合は、1セット8分を2セット行う。
- ・得点の上限は定めず、勝ち点の多いチームを上位とする。
- ・勝ち点は、勝利チームに3点、引き分けチームに1点、敗者チームに0点をそれぞれ与える。
- ・1チーム5名までとするが、一度に出場できるのは3名とする。

### ② さいかつボールの部

- ・試合は、1セット8分を2セット行う。
- ・得点の上限は定めず、勝ち点の多いチームを上位とする。
- ・勝ち点は、勝利チームに3点、引き分けチームに1点、敗者チームに0点をそれぞれ与える。
- ・1チーム8名までとするが、一度に出場できるのは5名とする。

### ③ ボッチャの部

- ・試合は、1セット5分を3セット行う。
- ・終了時に得点の高いチームを勝利とする。
- ・1チーム5名までとするが、一度に出場できるのは3名とする。
- ・両チームの合計得点が同点の場合は、次のとおりとする。
  - (1)カラーボールの色は変えないで代表者がジャンケンで投球順序を決める。
  - (2)各チーム投球者を決める。
  - (3)クロスにジャックボールを置き、ジャックボールに近いチームが勝利とする。

### ④ モルックの部

- ・試合は、1セット15分を1セット行う。
- ・1チーム5名までとするが、一度に出場できるのは3名とする。
- ・先に50点ピッタリに到達したチーム及び終了時に得点の高いチームを勝利とする。
- ・50点を越えた場合は25点に減点され、50点あるいは時間になるまで継続される。
- ・3回連続で得点できなかった(スキットルを倒せなかった)場合は失格となり、相手チームの勝利となる。
- ・投てきは下投げで行う

### ⑤ ラジオ体操の部

- ・3~6名をもって1チームとし、ラジオ体操第一をチームで演技し、各体操の要求する動きと、チームの共同性を主たる観点とし、10点満点で採点する。
- ・演技の隊形について審判から7mの位置にマークをする。先頭の選手はマークより前に出ないようにし、隊形は自由とする。(三角形、横2列等)

### ⑥ 長縄跳びの部

- ・8名の者が試み、うち2名が回し、6名が跳ぶ。2分間に6人全員が連続して跳んだ回数で競う。
- ・競技時間は2分間とし、時間内であれば何度跳びなおしても良い。
- ・2分間終了時飛び越えていた回数までをカウントする。
- ・長縄跳びのスタートは長縄を静止した状態(床においた状態)から合図により開始する。
- ・各チーム競技前に30秒間の練習時間を与える。
- ・長縄の規格は10m以下、長縄のみとし、握りの部分に何も付けないこと。ただし、両端を縛っても良い。