

ふらばーるバレー & 室内ペタンク 体験会

参加者
募集!!

6/24
(土)

無料

応募締切：
6月9日(金)



開催要領

- 日 時 令和5年6月24日(土)
13:30~16:30
- 場 所 県立スポーツ会館 体育館
- 持参物 体育館シューズ 飲み物
- 参加費 無料
- 申込締切 6月9日(金)
- 主 催 神奈川県レクリエーション協会事業委員会
※現場実習事業参加対象事業

問合せ&お申込み

神奈川県レクリエーション協会 事務局

[TEL] 045-320-2430 [FAX] 045-320-0640

メール jim@kanagawa-rec.or.jp

http://www.kanagawa-rec.or.jp/

※HPからもお問合せ&お申込みください

問合せ



申込み



ふらばーるバレーボールとは

ふらばーるバレーボールとは、おむすび型のビーチボール（ふらばーるボール）を使ったバレーボールです

相手コートからのボールは必ずワンバウンドさせてから3回以内に相手コートに戻します。おむすび型なのでワンバウンドするとボールの跳ねる方向が予測できず、レシーブが難しくなります。バレーボールが得意な人が必ずしも優位ではなく、老若男女みんなで楽しめるレクリエーションスポーツです

- ・コートはバドミントンコートを使用
- ・ネットの高さはバドミントンと同じ155cm
- ・ラリーポイント制で21点先取した方が勝ち
- ・1チーム5人制

※6人以上のメンバーもローテーションの対象とし、コートの脇で待機してローテーションのときに、中の選手一人が出て、待機していた選手一人が中へ入る

- ・サーブはコートの中央からアンダーハンドで相手コートへ入れる
- ・サービス球のみ、ノーバウンドでタッチし、3回以内に返す
- ・以後、相手コートから返ったボールは必ずワンバウンド後レシーブして3タッチ以内で返す
- ・ルールオプションとして、「ひとり1回しか触れない」「1回で返さない」「ネットの高さを変える 180cm、200cm」などがあります

ふらばーるボール

室内ペタンクとは

・**室内ペタンク**のルールはペタンクゲームと同様で、サークルの中に立って黄色のターゲットボール（ビュット）に向かって、2チームがそれぞれ赤と青のボールを投げ合い、ビュットに近いボールが得点となります

・特殊な柔らかいボール（直径70mm・重量400g）を使用するので、体育館や会議室などで床をいためることなくプレーを楽しめます

・投球は基本的に手の甲を上にしてボールをつかみ、アンダーハンドスローで逆回転させるように投げます

・標的にボールを当てて動かすことも認められており、常に大逆転の可能性のある競技となっています

・プレイヤー 1人対1人のときは、ボールを6個ずつ、2人対2人のときは3個ずつ、3人対3人のときは2個ずつ持って行きます

・1試合13点先取ですが、競技時間が少ないときは得点の変更も可能です



問合せ&お申込み

神奈川県レクリエーション協会 事務局

[TEL] 045-320-2430

[FAX] 045-320-0640

メール jim@kanagawa-rec.or.jp

http://www.kanagawa-rec.or.jp/

※HPからもお問合せ&お申込みください

問合せ



申込み

