



卓球バレー

卓球台を使いネットを挟んで、1チーム6人ずつが、いすに座ってボールを転がし、相手コートへ3打以内で返し、得点を競います。障がいの有無・種別・軽重が違う人たちとも、一緒に協力してプレーできます。



1セット15点の3セットマッチ、2セット先取で行い、得点はラリーポイント制です。

通常の卓球ネットとは逆に白布を下にして、コート面から離して張る。

アンテナの位置より内側にボールを転がす。アンテナに当たってもミスになる。

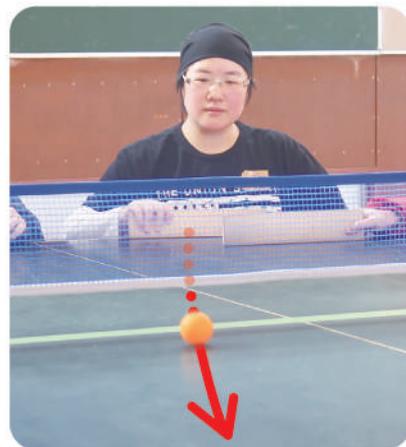


同じ選手が2回続けて打つとミスになります。(ただし、ボールがネットに触れた場合は、もう1回だけ同じ選手が打てます)。

サーブだけはネットにボールが触れたらミスになりますが、ラリー中は触れてもOKです。また、ネットにラケットや体が触れたり、打ったボールがネットの上を越えてしまったら反則です。

ルール

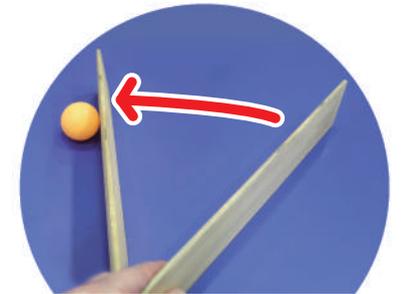
6人制バレーボールのルールを元に考案されています。卓球台とネットの間に隙間を設け、ネットの下にボールを転がす形で打ち合います。



ネット下を通過

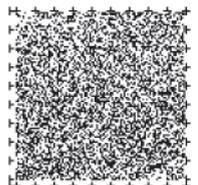
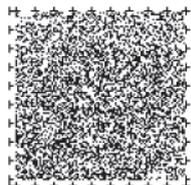
ラケットは木製の板

音が鳴るように金属球が入ったボール



卓球台に滑らす形でラケットを使用

卓球台がない場合は、長机を使ってコートを作りプレーもできるから、広くない場所でも気軽にできるスポーツだよ。



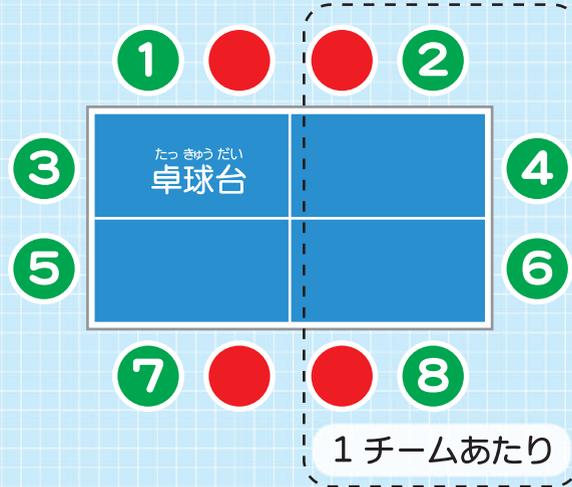
ポイント

サーブの順番

選手6人は、レシーバーを行う4人のレシーバーとネット際に位置する2人のブロッカーに分かれ、各チーム1本ずつ交代でサーブを行います。



- ... ブロッカー 2人
- ... レシーバー 4人



サーブは両チームが交代で、ブロッカーを除外、レシーバーが①～⑧の順番に行います。



知っておこう

卓球バレーの
主な反則 **スタンディング**

選手の臀部が、いすや車いすから離れたり、いすを動かしてプレーすると反則になります。



いすから立ち上がった場合には反則!



慣れてくるとボールのスピードも速くなり、かなり盛り上がるよ。卓球バレー大会の会場は、熱気に包まれるんだ。

ちょっと
きゅうけい
休憩

