

スプレックのルール (常滑市民大会適用)

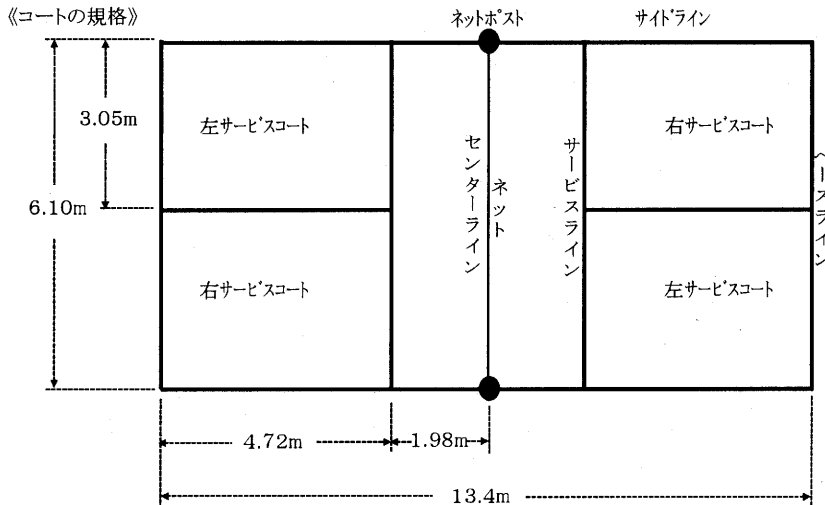
1. 概要

バドミントンのダブルスコートを利用し、そのネットを下げたテニスをするという感覚の室内用軽スポーツである。

スポンジ製のボールを使うなど安全面を重視し、プレイヤーに体力的負担がかからないように工夫されている。誰にも気軽に楽しめることから、コミュニティスポーツとして各地で取り上げられている。

2. 施設

- ① コート バドミントンのダブルスコートを使用
- ② ネットの高さ 120cm



3. ゲームの仕組み

- ① 試合の形式
 - ・女子ダブルスゲーム
 - ・ミックスダブルスゲーム
- ② 試合(マッチ)
 - 3セットマッチとし、2セット先取したものが勝者となる。
- ③ セット
 - 1セットは11点とし、ラリーポイント制により11点先取したものがそのセットをとる。

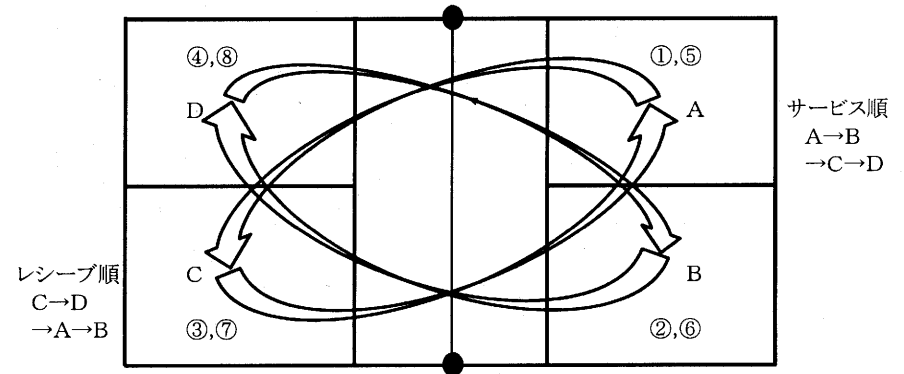
4. 有効打球

- ・オンラインのボール
- ・ネットインのボール
- ・ネットポストに当たって相手コートに入ったボール。
ただし、サービスの時はフォールトになる。
- ・ネットポストの外側を通して相手コートに入ったとき、ボールの高さに関係なく有効となる。

5. サービスの仕方

- ① アンダーハンドサービスとし、フォアハンドで腰より下で打つ。
- ② トスしたボールがコート面に落ちる前に打つ。
- ③ サービスは1本だけ許される。
- ④ サービスはコート内で行い、対角のサービスコートに入れる。
- ⑤ レシーバーが構えてからサービスを行う。
- ⑥ サーバーは、ひとつのポイントが終了したら、パートナーまたは相手に移る。
- ⑦ サービスの順番は、1セットの中で固定し、最初右サービスコートで、次に左サービスコートとする。
- ⑧ サービスがネットに触れて相手サービスコートに入ったときはやり直し。
- ⑨ サービスの順番を誤ったときは、正しい順番に戻して続ける。
(誤りが発見される前のポイントは有効とする。)
- ⑩ 試合途中でのサーブサイドの変更は認めない。

《サービスとレシーブの順番》



1順目				2順目				n順目			
順	ポイント	サーバ	レシーバ	順	ポイント	サーバ	レシーバ	ポイント	サーバ	レシーバ	
①	1点目	A	C	⑤	1点目	A	C	4n-4+1	A	C	
②	2点目	B	D	⑥	2点目	B	D	4n-4+2	B	D	
③	3点目	C	A	⑦	3点目	C	A	4n-4+3	C	A	
④	4点目	D	B	⑧	4点目	D	B	4n-4+4	D	B	

6. ゲームの進め方

- ・ウォームアップ
- ・あいさつ
- ・トス(ジャンケン)
- ・ジャンケンに勝ったチームの選択
(サービス権、レシーブ権、コート権、選択権の譲渡)
- ・第2セットに入るときは、コート交替をする。
- ・第3セットに入るときは、トス(ジャンケン)を行う。
- ・第3セットにおいて、どちらかのチームが6点取ったときにコート交替をする。