

■ 体験コーナー

◆ 「ニューススポーツ体験種目」

- ① インディアカ：羽根付ボールでバレーボール
- ② ディスクゴルフ：フライングディスクによるゴルフ！（個人戦）
- ③ ディスゲッター：フライングディスクでストラックアウト！
- ④ アキュラシー：障がい者フライングディスク競技に挑戦！
- ⑤ ニチレクボール：室内ペタンク！投げ方はいろいろあるね！
- ⑥ モルック：北欧生まれの競技！モルック（丸太棒）を投げて50点を目指します！
- ⑦ ラケットテニス：ミニテニスボールでビーチボールの様にゲームを楽しむ！
- ⑧ カプラ：フランス生まれの積み木を体験
- ⑨ 高齢者いきいき健康スポレク種目：元気にハッスル競技
- ⑩ 昔あそびコーナー：休憩広場を用意しています。

※ 障がいを持った方には、ボランティアスタッフがつきます。
県民カレッジの単位として認定されます。

参加資格 どなたでも参加できます。
当日受付で氏名・住所・年齢・連絡先を記入ください。

- ◆種目別大会
- ① インディアカ競技
 - ② ディスクゴルフ競技
 - ③ ディスタンス競技
 - ④ アキュラシー競技（障がい者用）
 - ⑤ モルック競技

※ 別紙大会要項により申込みください。

申込締切 令和7年9月30日（火）※当日の受付も可。

表 彰 各種目、1位から3位までを表彰する。

参 加 費 無 料

そ の 他 各種感染防止のため、発熱や風邪症状等、体調が悪い場合は、来場を見合わせるこ
と。

■ ニュースポーツ種目別大会【競技要項】

① インディアカ競技

- 1 競技方法 日本インディアカ協会競技規則による。その他、申し合わせ事項による。
- 2 試合方法 リーグ戦またはトーナメント戦とする。
1セット15点先取、3セットマッチ、2ゲーム先取、ラリーポイント制
- 3 審判 相互審判とする。
- 4 参加資格 5人1チームで申し込むこと。(試合は4人対4人)

＝簡単なルール解説＝

- 1 コート 広さはバドミントンコート、ネットの高さは2Mとする。
- 2 サーブ アンダーハンドで腰から下で行う。
- 3 得点 相手から来たインディアカを3回まで（レシーブ・トス・アタック）のように3回以内に肘から先で打ち返す。（ブロックのタッチは1回としない）相手チームのコートにインディアカが落ちたら得点。
サーブ後の第1球はアタックしない。

② ディスクゴルフ競技

- 1 競技方法 日本フライングディスク協会競技規則による。その他、申し合わせ事項による。
- 2 試合方法 9ホール1ラウンドで順位を決める。
- 3 参加資格 年齢別にエントリーください。参加クラスは下記の10部門となります。
ジュニア男女（15歳以下）、一般（オープン）、レディース、マスターズ（45歳以上）、シニア男女（60歳以上）、グランドシニア男女（70歳以上）、障がい者
- 4 表彰 1位から3位までを表彰する。
- 5 簡単なルール フライングディスク（frisbee）をゴールに何投球で入れるかの合計で競う。

③ ディスタンス競技

- 1 競技方法 フライングディスクを3回投てきし、一番遠くへ投じた距離を記録とする。
参加資格などは、ディスクゴルフと同様です。

④ アキュラシー競技（障がい者用）

- 1 競技方法 フライングディスクを10回投げて的へゴールしたディスク数で競う。
参加資格などは、ディスクゴルフと同様です。

⑥ モルック競技

- 1 競技方法 日本モルック協会ルールを準用する。その他申し合わせ事項で競う。
- 2 試合方法 1セット15分とし、50点丁度としたチームの勝利。リーグ戦又はトーナメント戦
- 3 参加資格 3人を1チーム（セットの対戦は2人）とする。

※ 競技時間を設定しますので9:30までに受付すること。