

★競技内容

(1) 縄跳び競技 (1チーム10名)

★選手構成

- ・ 各チーム、跳び役8名、回し役2名、合計10名とする。
- ・ 原則、選手の交代は認めない。ただし、跳び役と回し役の交代は認める。

★競技内容

- ・ 支部で用意した縄の両端を、回し役2人が持って回し、跳び役8人が並んで一斉に跳び、その跳んだ連続回数を競う。
- ・ 時間は2分間とし、その最大回数で順位を競う。同点の場合は第2位の記録を比較する。
- ・ 競技は、最初に6チームが行ない、続いて5チームが行う。競技開始前に1分間の練習時間がある。
- ・ 競技開始の判断は、回し役が縄を回し始めた時点とする。
- ・ 全員が縄を跳び越した時点を1回とカウントし、跳び役が引っ掛かる直前の回数を得点とする。
- ・ 2分過ぎても継続している場合は引っ掛かるまで行うことができる。

(2) ホールインワン競技 (1チーム10名)

★競技内容

- ・ グラウンドゴルフのホールを使用し、1人連続3回をうち、ホールインワの合計数で順位を決める。
- ・ 6位までを決する中で同点の場合は、当該チーム代表者1名によるニアピ競技の成績で順位を決する。これを順位が決定するまで行う。
- ・ 距離は5mとする。
- ・ 競技用のクラブ・ボールは支部で準備したものを使用する。

(3) お助け綱引き競技 (1チーム10名)

★競技内容

- ・ 試合時間は40秒、位置を変え2回実施する。1対1の場合は勝った時間決する。トーナメント戦で実施。3位決定戦は行わない。
- ・ 合図で綱に位置した6人は綱を引く。
- ・ 合図でトラックに位置した4人は助けるために走り、綱に着いた人から引
- ・ 履き物はゴム底の運動靴、手袋の着用は禁止する。

(4) タイヤ取り競技 (1チーム5名、女性のみ)

★競技内容

- ・ 大きさによって得点が異なるタイヤを、中央からチームの陣地に運んできその合計点を競う。手袋の着用は可能。
- ・ タイヤが全て各チームの陣に収まるまで競技は続行する。
- ・ 2回実施してその合計得点で順位を決める。
- ・ 3チーム毎に予選を実施し(2チームもある)、その最上位チームが決勝進む。
- ・ 競技者は相手の身体への攻撃は禁止する。(減点あり)

(5) 年代別リレー (1チーム8名)

☆選手構成

- ・ チーム構成は、8人とする。その内訳は小中学生1名、高校生～39歳2名、40歳～59歳3名、60歳以上2名とする。
- ・ 特例として小中学生の選出が困難の場合は、60歳以上が代替できる。
- ・ 特例として選出が困難の場合は、下の年代に出場できる。

☆競技内容

- ・ 300mトラックで1人75mを走り、次の者にバトンを渡す。
- ・ タイムレースとし、3組に分かれて実施する。

16. オープン競技の実施方法

(1) 早飲み競走 (主に中学生以下対象)

☆競技内容

- ・ スタートしたら、縄跳びを10回おこなう。
- ・ その後前方の机の上の飲み物を全部飲み干し、次の者と交代する。

(2) 明野最速王座決定戦 100m走

☆競技内容

- ・ 100mの距離をグラウンド北から南に一斉に走る。

17. 軽運動体験種目

(1) 輪投げ

- ・ 上段、中段、下段に数字の9までの得点台の棒にいくつの輪を投げ入れるかを競うゲームです。
- ・ ゲームは2人以上であれば個人戦、団体戦ができます。

(2) ボッチャ

- ・ 目標球の白いボールに赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを投げたり、転がしたりして、いかに近づけるかを競うゲームです。
- ・ エンド終了後、目標球に最も近いボールを投げたチームだけに得点が入ります

(3) ストラックアウト

- ・ 四角い的の中に1～9があり、射貫いていく的当てゲームです。
- ・ 1人12個までボールを投げられます。

(4) ペタンク

- ・ サークルを基点として小さな目標球に、金属製のボールを投げ合い、より近づくことで得点を競うゲームです。
- ・ ゲームにはシングルス、ダブルス、トリプルの形式があります。

(文責 丸茂 正)