

天草PTA連合会 ふらば～るバレーボール大会 競技規則

1. 概要

いびつに変形した柔らかいボール（ふらば～る）を使い、バレーボールのルールに準じて行います。ただし、相手コートから返ってきたボールは、必ずワンバウンドしたあとにレシーブし、3回以内で再び相手コートへ。ボールが軽くスピードも比較的ゆっくりですから、突き指の心配もありません。変形ボールが意外な方向へ弾み、一瞬にして試合の局面が変わってしまう点が、このゲームの最大の面白さでしょう。

2. 用具・コートおよび人数

- (1) 用具 ボールはふらば～るを使用し、その大きさは直径 30 cmもしくは 60 cmを使用する
- (2) コート 13.40m×6.10m（バドミントンダブルスコート）を使用する
- (3) ネット ネットの高さは 1.55m（バドミントン用）とする
- (4) 人員 1チーム 5人以上で構成（監督・選手）し、全員をローテーションの対象とする。競技者はコート内の 5名とする

3. ルール

- (1) ルール
 - ① サーブレシーブはノーバウンドでレシーブして 3回以内で相手コートに返し、相手コートから返ったボールは必ずワンバウンド後にレシーブをする
ただし、ワンバウンドしたボールがネットに触れたときは、床につく前にレシーブをする
 - ② タッチネット、オーバーネット、ドリブル、ホールディング等の反則は、9人制バレーボールの規則に準じて行う
- (2) サーブ
 - ① サーブはアンダーハンドで行い、その回数は 1回とする
 - ② サーブはエンドラインから 3m内側で中央の者が行う
- (3) 競技方法
 - ① 競技は 1セット 21点先取とする（11点でコートチェンジ）
 - ② 1試合 10もしくは 15分／休憩・準備 5分とする
- (4) 守備位置
 - ① サーブ権がきたとき、ローテーションで時計回りに移動する
 - ② 同一競技者でサーブが続く場合はそのままの位置で行う

4. 備考

その他のルールは 9人制バレーボールのルールに準じて行う