

スポーツ情報HIGH

2月号 (Vol. 117)

令和3年1月20日発行

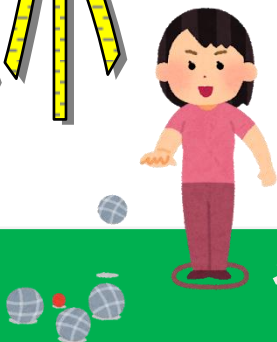
(公財) 東広島市教育文化振興事業団
事業課 スポーツ振興係

〒739-2613

東広島市黒瀬町榎原18-4

黒瀬屋内プール内

TEL (0823) 82-7075



やってみよう! ペタンク

広場や公園、室内など、どこでも誰でも気軽にできるフランス発祥のニュースポーツ「ペタンク」を紹介します。ペタンクは目標球(ビュット)にボールを投げ合い、相手チームより近づけるかで得点を競うゲームです。ルールも簡単。貸し出しの用具もありますので、お住まいの地域や職場でぜひやってみてください。

用具

- ・ボール
屋外用(金属製)と室内用があります。
- ・ビュット(目標球)
- ・サークル、メジャー、得点板

コート

- ・幅4m以上、長さ15m以上

人数とボールの数

- ・シングルス 1人3球
- ・ダブルス チーム6球(1人3球ずつ)
- ・トリプルス チーム6球(1人2球ずつ)



投げ方

- ボールの握り方は手の甲を上にして、指をボールに添えて軽く曲げて握る方法が一般的。
また、投球はアンダースローで投げるのが基本です。

ペタンクの貸し出しについて

- ◆貸出対象 市内に居住か勤務するものを主体とする団体
- ◆貸出場所(申込先)

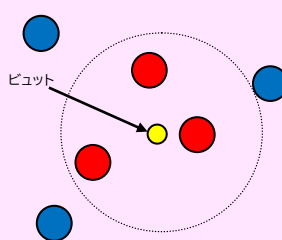
【屋外用】東広島運動公園 8セット
※0823-82-7075(黒瀬屋内プール)に申してください。

【屋内用】スポーツ振興課 5セット
黒瀬屋内プール 1セット
福富生涯学習支援センター 1セット
豊栄生涯学習支援センター 1セット
河内生涯学習支援センター 1セット
安芸津B&G海洋センター 1セット
※屋内用は、各施設に申してください。

ゲームの進め方

- ①じゃんけんなどによって先行チームを決める。
- ②先行チームがサークルの中に入れてビュットを投げ、ビュットをサークルから6~10m以内に収める。
- ③先攻チームが第1投目のボールを投げ、次に後攻チームが第1投目のボールを投げる。
- ④ビュットから遠いチームが、相手チームより近くなるまで投げ続ける。
- ⑤相手チームより近くなれば投球を交代。これを繰り返す。
- ⑥一方のチームの持ち球が無くなったら、もう一方のチームが続けて投球する。
- ⑥両チーム投げ終わったら1セット終了。

得点の数え方



ビュットに近いボールのチームの得点となります。
図の場合、ビュットに近い青ボールの内側に赤ボール3個なので、赤3点、青0点となります。

このようにセットを繰り返し、13点先に取ったチームが勝ちです。

ポイント

慣れてきたら挑戦してみよう!

- ①相手のボールを当ててはじき飛ばす。
- ②味方のボールを押すように当ててビュットに近づける。
- ③ビュットに当てて、味方のボールに近づける。



チャレンジ! 健康アップ教室 参加者募集!



① 河内地域センター (東広島市河内町中河内 1166 番地)

★日時 2月25日(木) 13:30~16:00

② 志和堀地域センター (東広島市志和町志和堀 857 番地)

★日時 3月 4日(木) 13:30~16:00

③ 吉原地域センター (東広島市豊栄町吉原 2243 番地 1)

★日時 3月11日(木) 13:30~16:00

今年度は、河内・志和・豊栄の3会場で、『チャレンジ! 健康アップ教室』を開催します。内容は、気軽に実践できる「ウォーキング」、「ニュースポーツ」、「転倒予防運動」等を行います。お申込みをお待ちしています!

- 対象 一般(東広島市在住・在勤者)
- 定員 各会場15名
- 参加費 無料



● 申し込み方法

FAXまたはメールにより、①希望の会場・②氏名・③性別・④生年月日・年齢・⑤住所・⑥電話番号をお知らせください。

※申込締切は、2月15日(月)までです。

※複数会場の申し込みも可能です。

ただし、申し込みが多数の場合、抽選になります。

● お申し込み・お問い合わせ先

(公財) 東広島市教育文化振興事業団 事業課 (黒瀬屋内プール内)

〒739-2613 東広島市黒瀬町檜原 10018-4

☆TEL・FAX (0823) 82-7075

☆メール center02@diary.ocn.ne.jp