

## 8 トラングルボール

場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内外	1チーム3人、2チームの合計6人(3 on 3)	10歳以上	軽度

### 特 色

トラングルボールは、ピラミッド型のトラングルボードにボールを投げ当てて、はね返ったボールをキャッチするという単純なスキルが基本になっています。トラングルボードは三角形のボード3枚を立体的に組み立てたもので、携帯性に優れ、屋内外どちらでも楽しむことができます。また、コートが日本であり馴染みのないサークル型であることも、参加者に新鮮な感覚を与え、ゲームを盛り上げます。

### 用 具

<トラングルボード> 高さ35cm、折りたたみ式、木製

<ミニトラングルボール> 直径 約10cm

### コート

中心にトラングルボードを設置して、ドーナツを3等分したサークル型のコートを用意します。

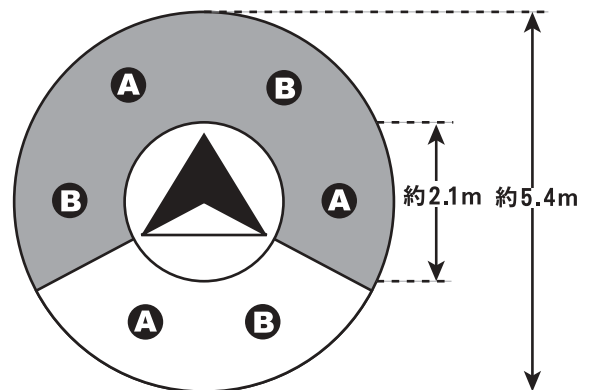
### 競技方法 (3 on 3)

(1) それぞれのコートに、両チーム(A・Bチーム)から1名ずつ入ります。

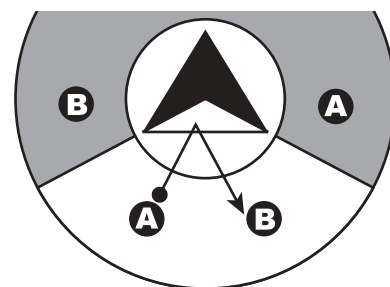
(2) 先攻・後攻をチームキャプテンがジャンケンで決めます。勝った方が先攻となります。

(3) 先攻チーム(Aチーム)のプレーヤーが、シュートを行いゲーム開始となります。(図①)

※ 用語「シュート」=ボードに向かってボールを投げること。



図①：ゲーム開始



(4) Bチームのプレイヤーはシュートされたボールをキャッチします。キャッチできればその時点で攻守が入れ替わります。

(5) B（攻撃）チームはキャッチしたボールをすぐにシュートし返すか、味方とパス（2回以内）をつないでからシュートします。（図②③）

(6) A（守備）チームはB（攻撃）チームのパスをカットすることができます。カットした時点で攻守が入れ替わります。但し、自分と同じコートにいるプレイヤーが出すパスはカットできません。

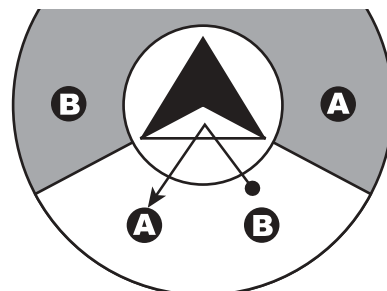
(7) 相手チームが次のようなミスをした場合に得点が入ります。

- ・シュートボールやパスを受けるときに、キャッチできずにコート内に落としてしまった場合。
- ・投げたシュートボールがトランクルボードの正面に当たらなかった場合。
- ・投げたシュートボールがトランクルボードに跳ね返ってから、コート外に落ちてしまった場合。
- ・ボールを持ったまま、コートラインを踏み越えた場合。
- ・パスを3回以上行った場合。
- ・ボールを持ったまま方向転換をした場合。

(8) 得点後のゲームの再開は、プレーが途切れた地点に最も近いコートの得点を取得したチームのプレイヤーのシュートから始めます。

(9) 先に15点を取った方が勝です。

図②：すぐにシュート



図③：味方へパス

