

タスポニー

直径17cmのスポンジボールを、素手で打ち合うテニス式のスポーツです。テニスに準じたルールは簡単で、コートも小さいので、体育館の大きさに左右されことなく、どこでも楽しむことができます。ボールは柔らかいスポンジボールですので、小学生から中高年の方まで幅広い年代層と一緒にプレーすることができます。

コート

◎シングルス: 3.5m×8m

◎ダブルス: 4.1m×8m

人員

◎シングルス(1人対1人)

◎ダブルス(2人対2人)

用具

◎スポンジ製の専用ボール

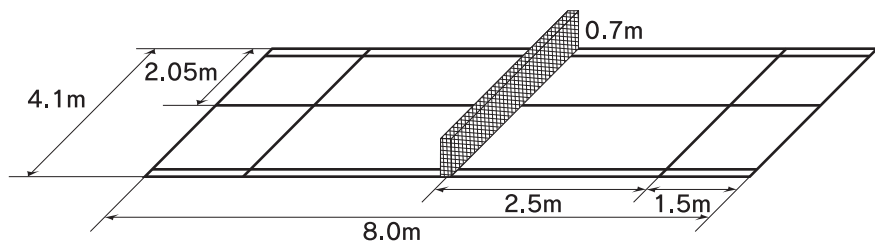
◎ネット

専用ネットを使用(高さ70cm)



ボール

(直径17cm、重さ50g)





競技方法(主なルール)

- ①ジャンケン等により、勝者がサービス権またはコート of のいずれかを選ぶ。
- ②15点で1ゲーム勝ちとなる。14点ジュースの場合、2点先取した方が勝ち。3ゲームの場合は、2ゲーム先取した方が勝ちとなる。
- ③サービスは、ボールを頭より低い位置から自然落下させ、ワンバウンド後、手のひらまたは甲を使って、相手サービスコートに打つ。
- ④レシーブ側はサービスのみワンバウンドさせてから返球する。
- ⑤シングルのサービスは、偶数得点の場合は右側のサービスコートからクロスに、奇数得点の場合は左側のサービスコートからサーブを行う。
- ⑥ダブルスの場合は、右側よりサービスし得点が続くかぎり同じ人が連続して右、左と交互に打つ。一回負けてもパートナーが第2サーバーとなる。第2サーバーが負けたときは「サービスオーバー」となりサービス権が相手に移動する。
- ⑦ボールは手のひら、甲以外で打球または触れたときは反則となる。また、両手でボールを打球したときも反則となる。
- ⑧その他の反則は、オーバーネット、タッチネット、ドリブル等がある。
- ⑨1ゲーム終了ごとに、コートチェンジを行う。

〈サービスのやり方〉

ワンバウンドさせ
アンダーハンド

