

## ペタンク概要

### 用 具

**ボール** [屋外用] 金属製の中空ボール12個。競技用公認ボールは重さ650g～800g。サイズは直径7.05cm～8.0cm。  
[室内用] 軟質プラスチックまたは牛皮のボール12個。

**ビュット** [屋外用] 直径3cm前後の目標球。  
[室内用] 直径約4cm～5cmの目標球。

**その他** 2mが測れるメジャー、ボールの汚れをふき取る布切れ、スコアボード。

### 場 所

ある程度堅い土の上が理想的ですが、砂利の混じった敷地などでも可能です。  
広さは、長さ15m×幅4m程の平坦なところ。

### 人 数

ダブルス(2対2)またはトリプルス(3対3)。1人の持ちボールはダブルスの場合で1人3個、トリプルの場合は1人2個。常に12個のボールを使用することが基本となります。



## 基本動作

### 足の位置

直径35cm～50cmくらいのサークルの中に入って(図)、両足を揃えた状態でボールを投げます。足の位置はバランスを取るために、多少ずらしても構いません。



### ボールの握り方

手のひらで水をすくう時のようにして、ボールを包み込むように軽く握り、そのまま手の平を下に向けます。(図)



### ボールの投げ方

サークル内よりボールを握った手を後方に引いて[図1]、その後、振り子のように前方に振り出し、その弾みを利用して投げます[図2／アンダースロー]。投球姿勢はしゃがんでも、立ってもどちらでも構いません。ボールがビュットの近くで止まるように投げる「ポワンテ」と相手のボールに当てるためノーバウンドで投げる「ティール」とでは、投球方法は異なります。

〔図1〕

〔図2／アンダースロー〕

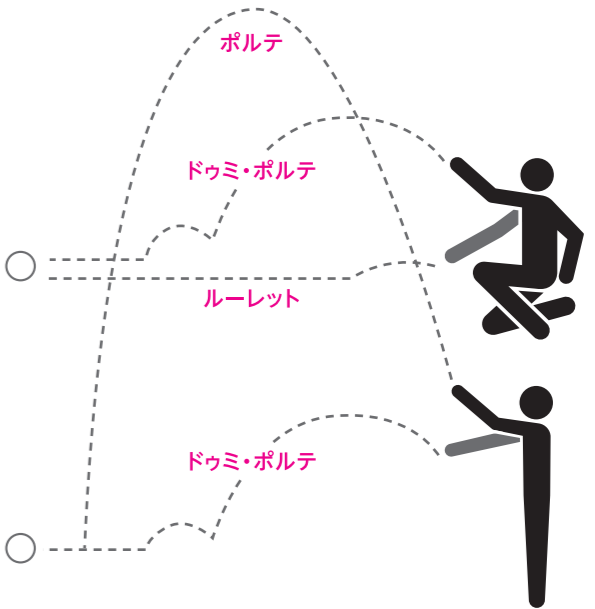


### ポワンテの投球方法

〔ルーレット〕ボールをゴロで転がします。

〔ドゥミ・ポルテ〕サークルとビュットの間にボールを落とし、情力でビュットに近づけます。

〔ポルテ〕ボールを高く放り、ビュットのすぐ手前に落とします。



### ティールの投球方法

当てようとするボールを直接狙って投げます。狙った相手のボールの真正面に当て、相手ボールを真直ぐに弾き飛ばします。自分のボールが当たった位置で“ピタッ”と止まるのが、理想的なティール投球です。これを「カラー」といいます。



発祥地フランスでは愛好者600万人以上の人気スポーツ

## ペタンク



1. だれもが、いくつからでも、いつまでもできるスポーツです。
2. 競うことよりも楽しむことを主としています。
3. 海外においては歴史があっても、わが国においては新しいスポーツです。

ニューススポーツとは、ニュー・コンセンサス・スポーツの略称です。種目としてニュースポーツは

またルールが簡単で、誰もが手軽に楽しめるからです。端的に言えば、味方チームのボールを標的にどこからより近づけるかを競う競技で、一見単純に見えますが、実は高度なテクニックと戦略を必要とし、プレーしてみるとその奥行きが深さに、魅せられることでしょう。

年々競技人口が増えています。これだけペタンクが盛んになったのは、特別な施設を必要とせず、またルールが簡単で、誰もが手軽に楽しめるからです。最近では地中海沿岸諸国をはじめ、アメリカ、カナダ、タイなどなどに広がりをみせ、国際的なスポーツとして成長してきました。日本では昭和45年頃から普及されはじめ、現在では日本ペタンク選手権大会などいろいろな競技会が各地で行われ、年々競技人口が増えています。

# ペタンク PÉTANQUE

### ご使用上のお願い

- 本製品の使用はペタンク競技に限定されます。
- ボールを投げる場合、周りに障害物がないか、競技者以外の人がいらないか、周囲の安全を確認してください。
- 初心者の方は、指導者及び熟練者の指導のもとでプレーしてください。
- 濡れたボールは滑りやすいので、乾いた布で水分を拭き取ってから使用すること。
- 手袋をしてボールを投げないこと。
- 万一ボールにヒビが入った場合、そのボールは使用しないこと。
- 水気や汚れのついたボールは乾いた布で表面をよく拭き取り、保管してください。

NEWS!

もっと主役に!もっと楽しく!もっと繋がろう!

## ニューススポーツ暮らしnet

あらゆるニューススポーツ情報が集結!全国、全世界の人と

繋がって講習会やイベント情報などがチェックできます。

さあ、いますぐアクセス! ▶▶ [www.newsports-21.com](http://www.newsports-21.com)

ルールや  
講習の  
お問い合わせ

特定非営利活動法人 フレンドリー情報センター  
【本部】〒537-0012 大阪市東成区大今里 3-12-23 FIC3F  
<http://www.newsports-21.com>  
e-mail・friendly@newsports-21.com  
TEL・06-6971-9190 FAX・06-6981-7470

商品・用具の  
お問い合わせ

ニューススポーツメーカー 株式会社 サンラッキー  
【遊び方サポートダイヤル】 ☎0120-81-4670 (平日9:30～17:00 / 土・日・祝日 休み)  
<http://www.sunlucky.jp>  
E-mail・info@sunlucky.jp FAX・06-6981-6740