

ポッチャ

難易度

★

場所

屋内

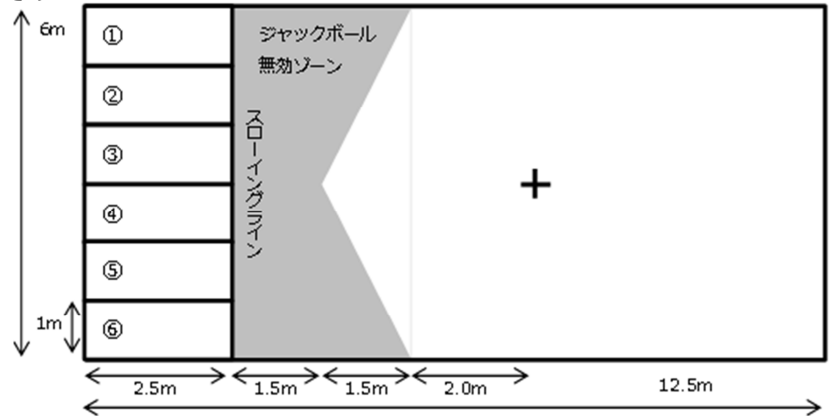
人数

1人対1人以上

パラリンピックの公式種目でもあり、ランプスと呼ばれるスロープを使えば、車イスなど身体障がいのある方も気軽に楽しめる競技です。

用具

- ・ジャックボール 白1球、
- ・カラーボール 赤・青 各6玉
- ・ランプス 必要に応じて

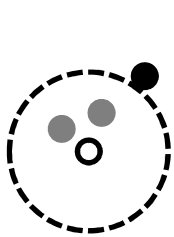


コート

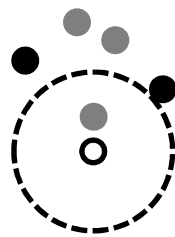
- ・サイズは12.5m×6m。選手は2.5m×1mのスローイングボックス内でプレーします。
- ・個人戦は③が赤、④が青。ペアは②④が赤、③⑤が青。チーム戦では①③⑤が赤、②④⑥が青。

ルール

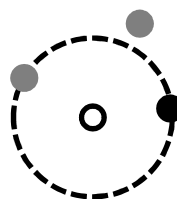
- ・先攻後攻を決め、先攻（赤）がジャックボールをコートに投げ入れる。
(無効ゾーンに止まった場合、相手側にジャックボールを投げる権利が移る)
- ・続けて、ジャックボールを投げた選手が最初のカラーボールを投げ入れる。
- ・次に相手側がカラーボールを投げ入れる。
- ・2球目以降は、ジャックボールより遠い距離にあるカラーボールの側がボールを投げる。
- ・両チームがすべてのカラーボールを投げ終わった時点で1エンド終了し、得点をつける。
- ・個人戦4エンド、チーム6エンドを行う
- ・コートから出た場合、ライン上のボールはアウトとする。
- ・ジャックボールがコート外に出た場合、コート中央のクロス (+) に置く。
- ・ジャックボールにより近い方にボール数に応じて得点が入ります。等間隔の場合は各1点が入ります。



2対0で青



1対0で青



1対1で各1点

○ ジャックボール

● 赤ボール

● 青ボール