



Petaque(ペタンク)

日本ペタンクペタンク・ブール連盟 布施 090-6685-6850

メール fuse0323@gmail.com

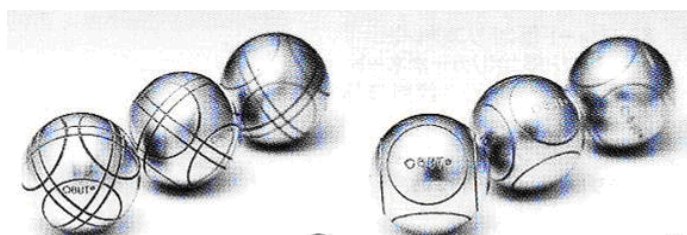
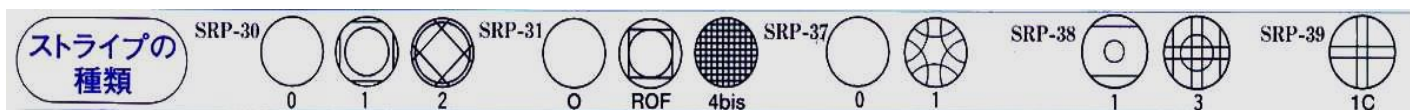
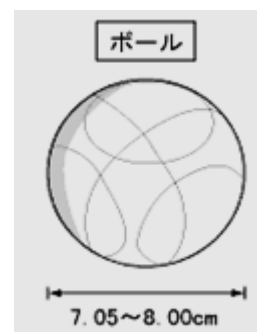
* 対戦・人数 1人対1人・2人対2人・3人対3人

ペタンクは小さい目標球(ビュット)といわれる球を投げ、それに向かって金属製の球を投げたり転がしたりして、より近づけることによって得点を競い合うボールゲームです。

【用具】

①ボール 金属製で、鉄製やステンレスを使用したものが主流。

ボールには溝が彫ってあるものもあります
直径 7.05~8.00cm、重さ 650~800g。
11歳以下は 65mm、重さ 650g。



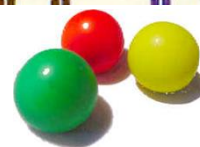
トリプルス(3人対3人)が基本。持ちボール一人2個。

ダブルス(2人対2人)持ちボールは一人3個。

シングル(1人対1人)持ちボールは一人3個。

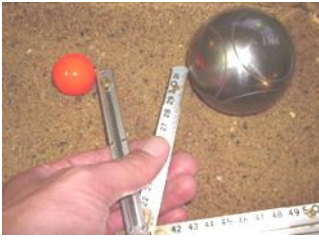


②ビュット 目標球のこ   とで、
直径 30mm(±1mm)、



重さ 10g～18g

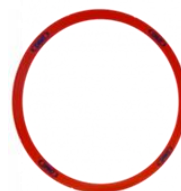
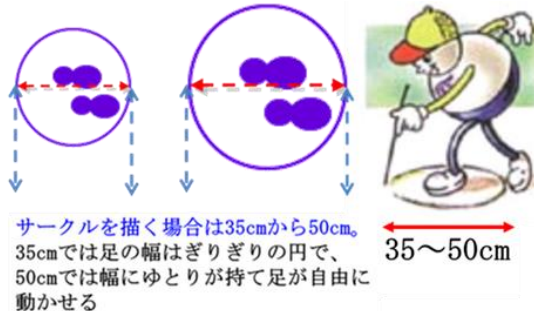
③メジャー 各自又はチームで2m程度の普通のメジャーがよい。



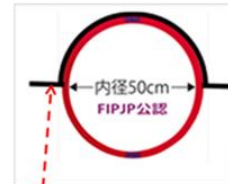
④サークル

サークルは、描く場合と既成のものを使用します。

1) 描く場合は、サークル（円）は35cm以下または直径50cmを超えない大きさとなります。



50cm±2mm



既成のサークル使用の場合は、50cm±2mm
必ずマーキングが必要です。



2) 加工されたサークルを使用する場合は、硬い素材のもので内径50cm(許容範囲: ±2mm)とします。

折りたたみ式のサークルは、硬い材質のもので、国際連盟が承認した使用に適合したものであること。

3) サークルから投げるとき足の動きに注意して下さい。
ボールを投げるときは、両足サークル内へ入れて投げる。
線を踏んだまま投げてはならない。
投げたボールが、地面に落ちる前に足がサークルから出たり地面から離れたり、身体のいかなる部分も、サークル外の地面に触れてはならない。



④ 得点板や得点表

手作りのもので十分です。

得点板は市販のものもありますが、値段が高いため各自の工夫で安くあげるのが良いと思います。



得点	得点
0	13
1	12
2	11
3	10
4	9
5	8
6	7
7	6
8	5
9	4
10	3
11	2
12	1
13	0

場所: _____ 年 月 日

チーム名	得点	チーム名
A 4-4	点	B 4-4
選手名	②	選手名
	1	①
	2	③
	3	④
	4	⑤
	5	⑥
	6	⑦
	7	⑧
	8	
	9	
	10	
	11	
	12	
	13	
	スコア	

⑤ 競技区域と正規のコート(テラン)

1) ペタンクはどんな地面(テラン^{*1})でも行うことができます。

しかし、組織委員会または審判の決定によって、チームは指定されたコート^{*2}で対戦するよう定められることがある。

全国選手権大会と国際大会のコートは、最小寸法:幅4m、長さ15m。

*1 テラン=ペタンク競技を行うあらゆる地面

*2 コート=テランの中で区切られた場所

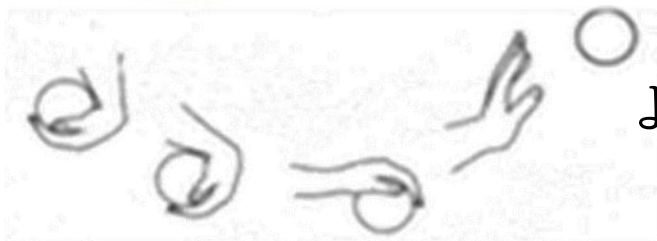
2) 他の競技では連盟がこれらの最小値に対する変更を許可する場合があります。最小は12m×3m以下が条件です。

【理想的なボールの持ち方】

ボールの投げ方については、どんな投げ方・転がし方でも、OKです。（上手投げはなるべく避けて下さい。）



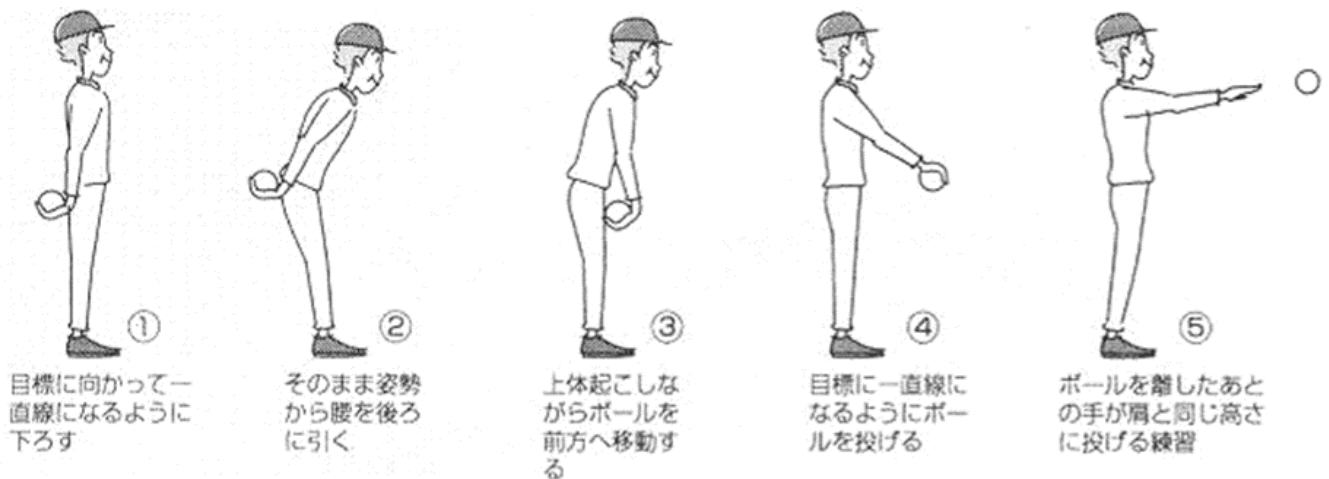
図は理想的なボールの持ち方です。



逆手で、スピンをかけ止まるような投げ方が理想です。

手首を返せない人は順手で。

【ボールの投げ方】

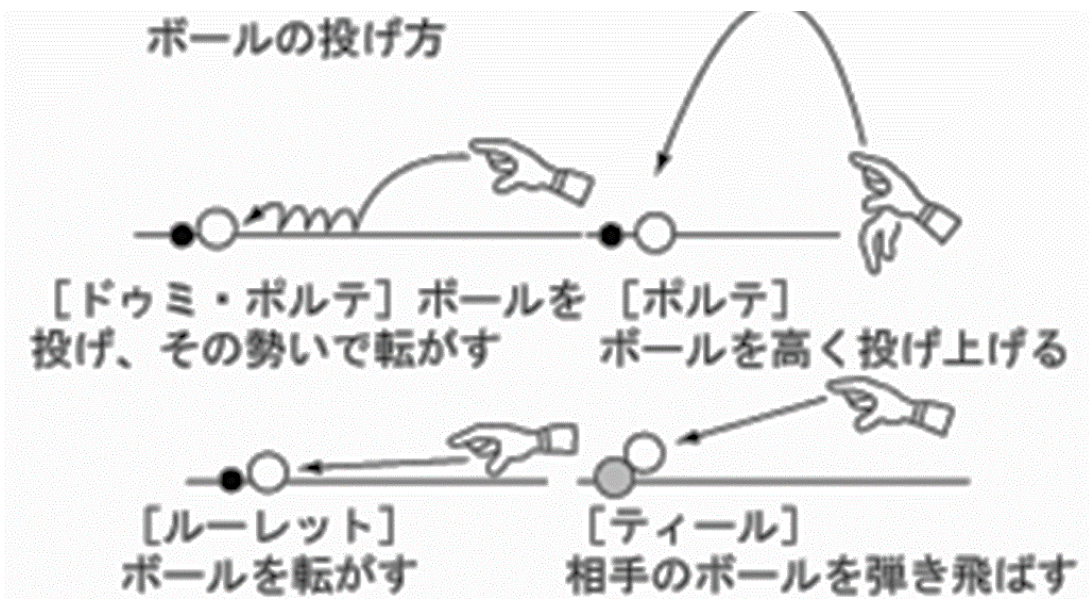


座って投げる



① 腕は目標と一直線になるように下ろす
 ② そのまま前傾する
 ③ 体を起こしながら、腕を前方に伸ばす
 ④ 目標に一直線になるように手を移動させて投げる
 ⑤ 投げたあとの手は落下地点に向かって一直線になる

悪い投げ方



【試合方法】

個人戦1名対1名とチーム戦があります。

チーム編成は、1チーム2～3名とします。

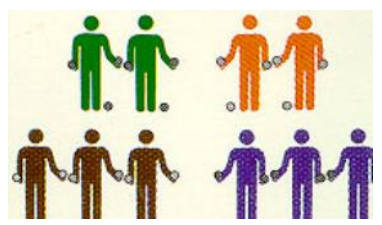
*シングル(1人対1人)持ちボールは一人3個。

*ダブルス(2人対2人)持ちボールは一人3個。

*トリプルス(3人対3人)が基本。持ちボール一人2個。

予選は、3～4チームを1ブロックとしてリーグ戦。

*勝敗は、①勝ち数②得失点差③得点差



予選リーグ1位～2位チームが、決勝トーナメント戦に進出。

予選リーグ3位～4位チームが、交流トーナメント戦に進出。

試合は、11点もしくは13点先取です。

参加者が多い場合とか限られた時間の場合は、3～4ゲーム(メーヌ)で終了し、その時の得点で勝敗を決めます。(大会規則)

【ゲームの進め方】

* 1名又は2名の場合はボール3個、3名の場合はボール2個。

(1)じゃんけんで先行、後攻を決める。

(2)先攻チームから一人がスタート地点となる既成のサークルを置く。そのサークル内から定められた範囲以内に目標球(ビュット)を投げる。(第7条1項)

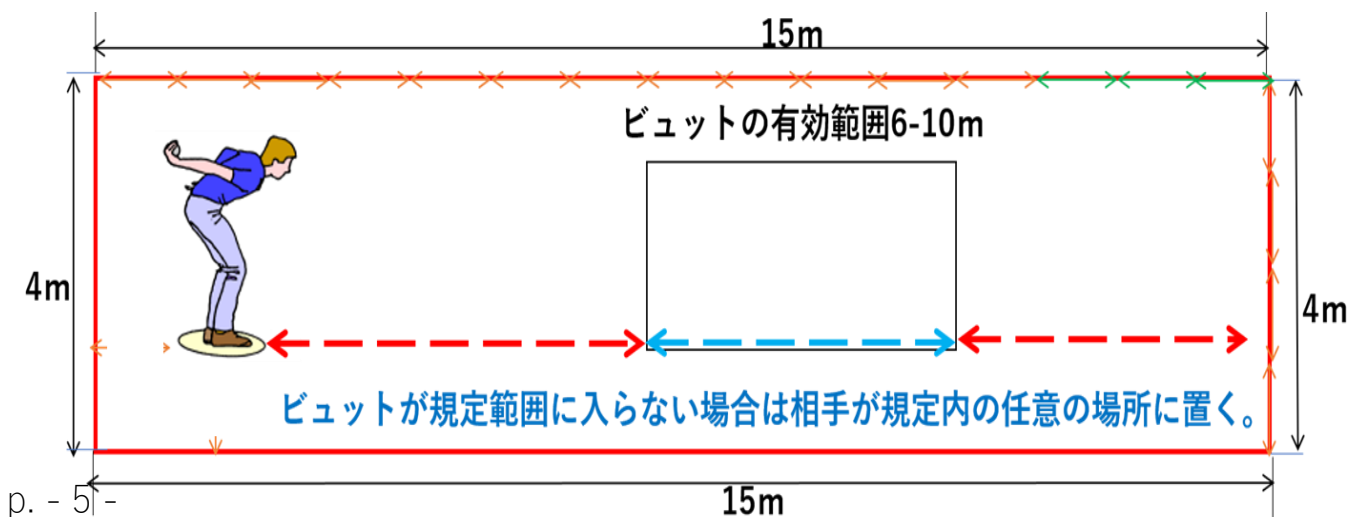
サークルの内側からビュットまでの距離が、次であること。

ジュニア(15歳以上)およびシニア(一般対象):6m以上10m以下
年少者を対象とする大会では、これより短い距離を適用することができる。

11歳以下 > 4mから8m以下、12歳～15歳 > 5mから9m以下
15歳以上 > - < 60歳以上6m～10m以下

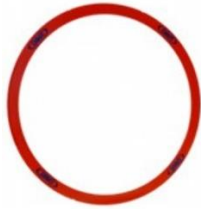
(なお年齢層がそろわない場合は、必要に応じ競技委員会がビュットとサークルの距離を指定できる。)

ビュットを投げる権利を得たチームは、ビュットを1分以内に投げなければならない。(第7条7項)



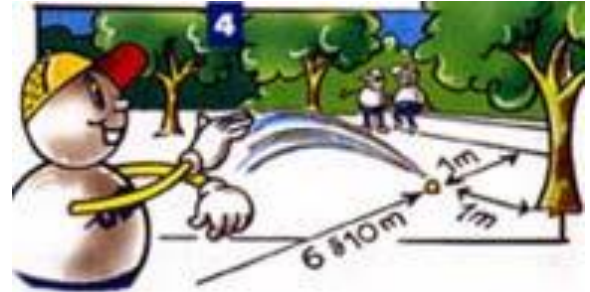
第1メーヌは、目標球(ビュット)が投げられたときに、その有効無効にかかわらず、開始されたものとみなす。(第33条5項)

目標球(ビュット)の位置が範囲外の時は相手チームが任意の場所に置く。(第7条7項)



50cm ± 2mm

既成のサークルを置く。



一般の場合は
6-10m以内に目標球を投げる。

(3) 続いて第1投目のボールをできるだけ目標球(ビュット)の近くに止まるように投げる。

ビュットの投球後、ボールを投げる時間を1分以内とする。

(第20条1項)

(4) 次に後攻チームが、第1球目を投げる。

この時点で試合が成立いたします。

(第33条5項)

(5) 両チームがそれぞれ1球ずつ投げた後で、どちらのボールが目標球(ビュット)に近いかを見る。この時、目標球(ビュット)に近いほうが得点(ポイント)を取っている。

(6) 得点(ポイント)のとれていないチームは自分のチームのボールが目標球(ビュット)に一番近くなるまで投げなければならない。

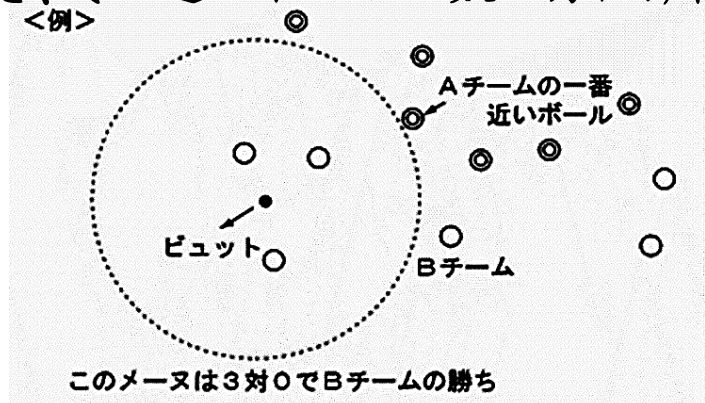
(7) こうして得点(ポイント)を取っているチームは休み、得点(ポイント)のないチームがボールを投げる。

(8) このように得点(ポイント)を取り合いながらゲームを続け、両チームとも投げ終わったときに1ゲーム(メーヌ)が終了し、得点を数える。(個人戦は6球目、チーム戦は12球目が止まった時

にゲーム(メーヌ)終了になります。

(9) 得点の数え方は、次のゲーム(メーヌ)の時間になりますので、相手チームのどのボールよりも目標球(ビュット)に近い自分のチームのボールがあるとき、その近いボールの数の分だけ得点(ポイント)になります。

計測が必要な時は、計測器具を用いて、得点(ポイント)を確定してください。



(10) (8)に記載の通りボールを投球後、次のゲームに入りますが混乱を避けるため大会競技規則として、勝ったチームは目標球(ビュット)のある位置にサークルを置き、第2ゲーム(メーヌ)を開始とします。

(11)勝敗は11点もしくは13点を先取したチーム又は時間制で競いますが、ここでは普及を目的にしておりますので大会競技規則として、13点先取又は3ゲーム(メーヌ)終了時で得点(ポイント)が多いチームが勝ちとします。

*第17条は厳守して下さい。(試合中の選手と観客の態度)

1) 選手がボールを投球するために与えられた時間、観客および選手は、静粛にしていなければならない。

*注釈

この2行は、ペタンク競技にとって最も重要なことです。ティールは、他のスポーツのなかの的当て競技と比較しても高度な精緻性を要求され、当然、精神的コントロールが大切なこととなります。

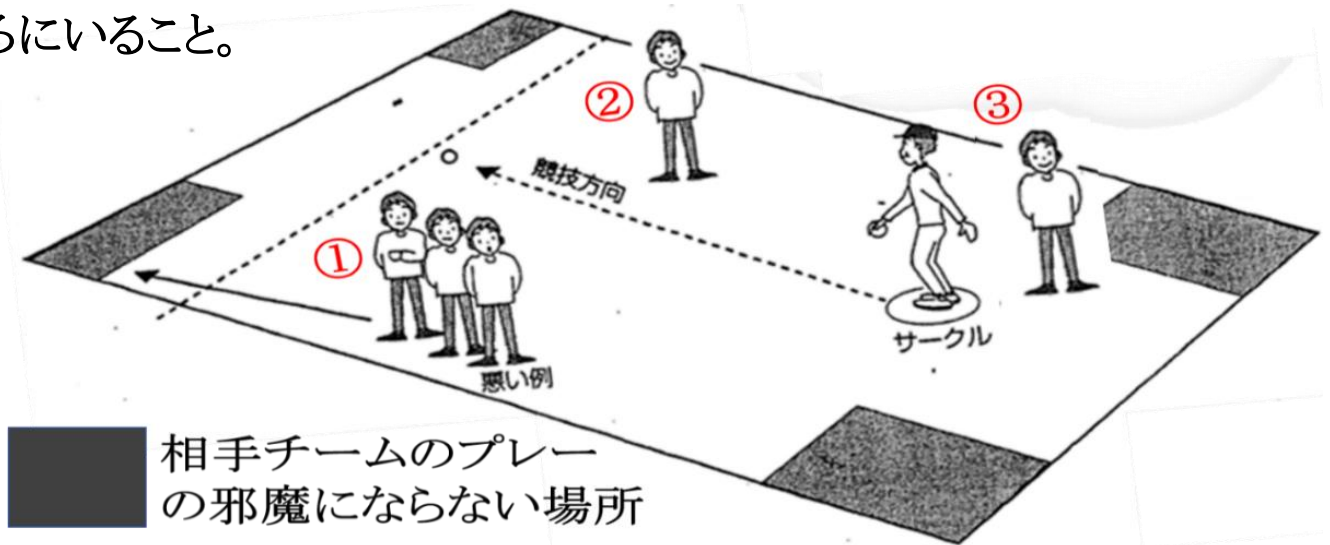
ティール成否に直結するものです。名選手の多くは、カメラのシャッター音やフラッシュ、視界の中の少しの動きも嫌います。このような時、彼らがサークルから出て、また入り直して構えることは普通に

見受けられます。 競技大会に臨む際、冷静、沈着で、謙虚さのある姿勢が正しいものだと考えられます。

①相手チームのプレイヤーは、ビュットの向こう側で、かつ横方向（競技方向の延長戦から2m以上）に離れなければならない。又はサークルの後方2m以上離れたところにいることもできる。(③)

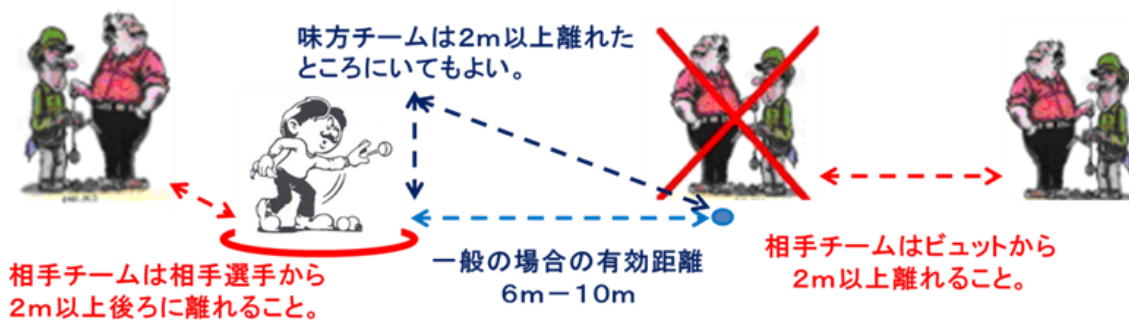
②パートナーはサブプレイヤーに目安を与えるため、サークルとビュットの間にいることができる。

③ 相手チームのプレイヤーは、サークルの後方2m以上離れたところにいること。



2) 相手チームは、歩いたり身動きしたり、選手の妨げになるような行為は一切してはならない。投球する選手のチームのみが、ビュットとサークルの間に位置することができる。

3) 相手チームは、ビュットの先または投球する選手の後方に控え、いずれの場合も競技の方向に対して横側であり、選手またはビュットから2m以上離れていなければならない。



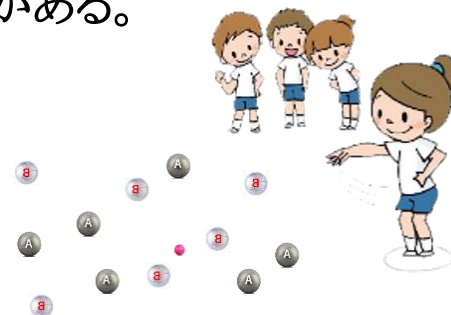
選手の待機場所について、コート設営のある大会などでは、相手チームの選手は、例え通路や有効区域外であってもビュットとサークルの間に待機することは違反行為となり、イエローカードが与えられる。
=国際連盟では記載なし。

4) この規則に違反した場合、審判員の警告を受け、その後も執拗に行方を繰り返す選手は、大会失格となることがある。

第1メーヌは、ビュットが投げられたときに、その有効無効にかかわらず、開始されたものとみなす。

第2メーヌ以降は、前のメーヌの最後に投げられたボールが停止した時に、次のメーヌが開始されたものと見なします。

(※12球投球しそのボールが停止した時点でメーヌ終了)



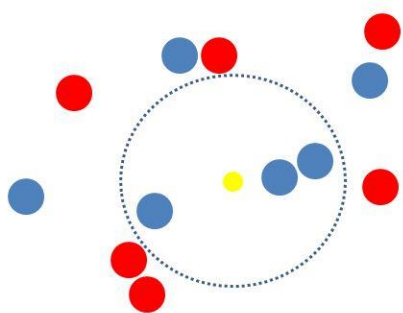
(第33条)

* 大会競技規則として、12球投球しそのボールが停止した時点でメーヌ終了、既存のサークルを持ち上げマーキングを消し、次のメーヌの開始地点に移動します。
(大会競技規則)

得点(ポイント)の計測等は、次のメーヌで行うこととなります。

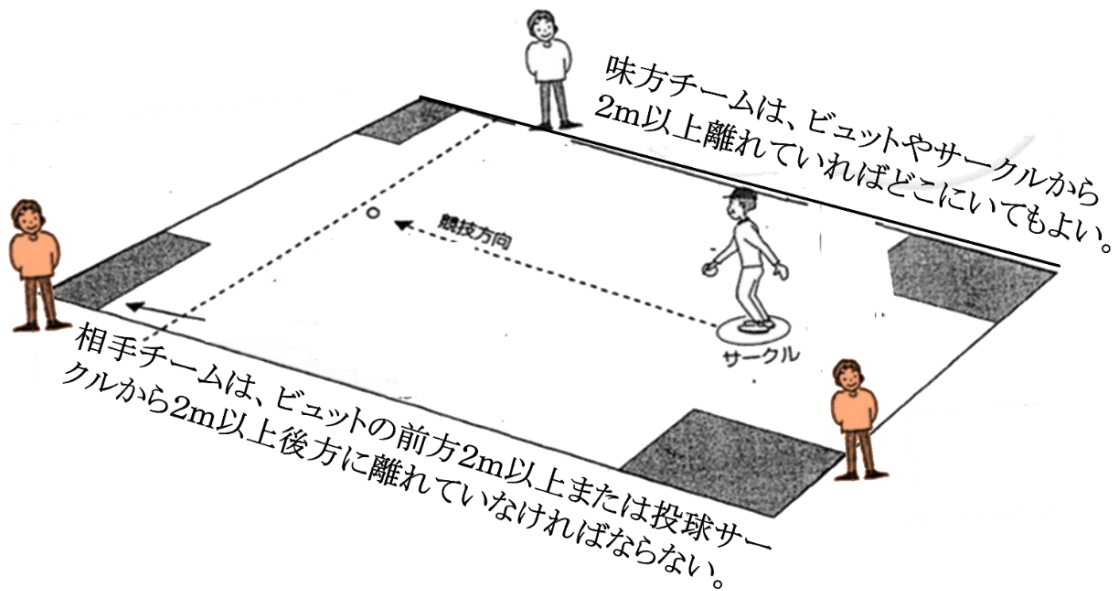
ビュットの投球時間も計測時を除いて、12球投球し、そのボールが停止した時点から次のメーヌが始まるため1分以内となります。

(第33条5項)



* 大会競技規則として、得点(ポイント)が確定や得点(ポイント)の計測等は次のメーヌの作業になりますが、得点(ポイント)が確定した時点、又は得点(ポイント)の計測等が終了した時点で、ビュットの中心に既存のサークルを置き、マーキングした時から、1分以内に第2メーヌ以降のメーヌを開始します。

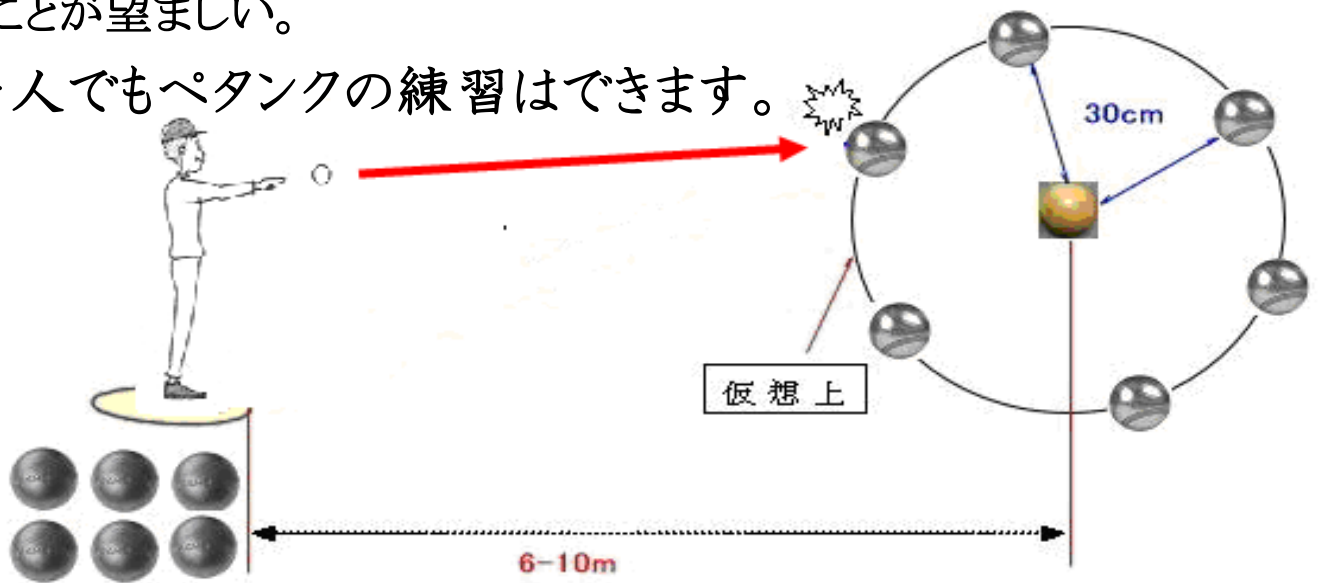
(大会競技規則)





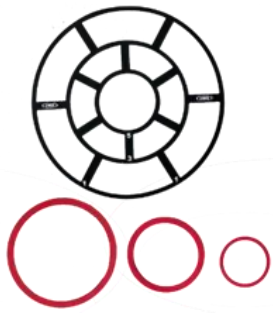
12球投球しそのボールが停止した時点でメーヌが終了のため、得点(ポイント)の確認と第2メーヌ以降のピュットの投球時間等の判断が微妙に違いが生じる場合と相互審判(セルフジャジ)の場合誰が時間計測をするのか明確にする必要が生じます。

少しでも得点(ポイント)の確認を迅速(スムーズ)にするためにも、チーム戦の場合は12球目の投球前にお互いがピュットの近くにいることが望ましい。

一人でもペタンクの練習はできます。



- ★ ボールは6個ずつ計 12 個必要
- ★  のボールをそれぞれピュットから 30cm くらい離してセットする。
- ★ 6個のボールの位置の中心にピュットがある。
- ★ 6mの距離からティールやポワンテで6個の  のボールの位置をくずして得点にする。



THE OBUT 531

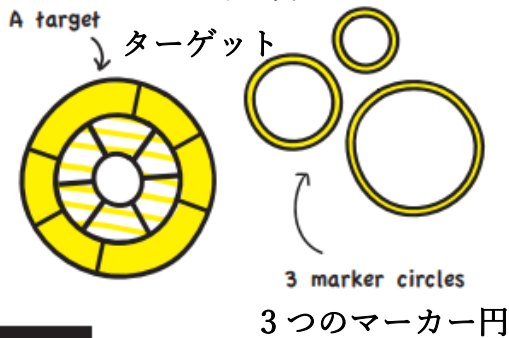
ポインティングエースになろう!



あなたの精密なスキルを磨くのに役立つ楽しいゲーム。

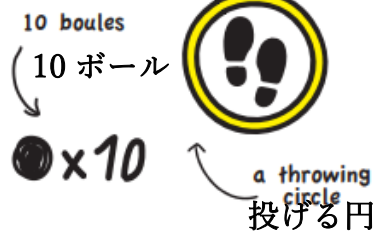
CONTENTS OF THE SET

セットの内容



WHAT YOU NEED

必要なもの



自分で練習する



またはあなたの友人に挑戦

目的

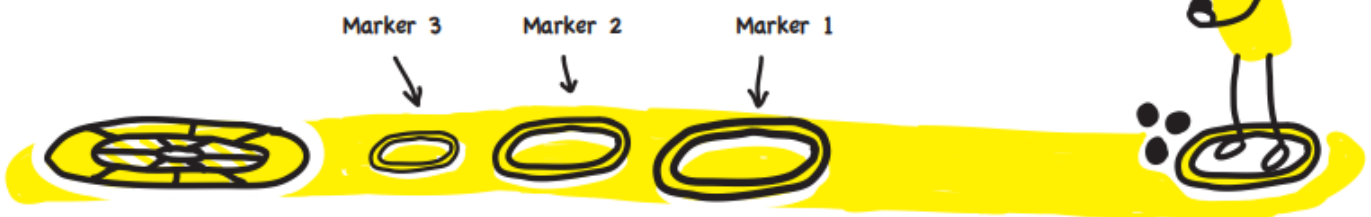
できるだけ多くのポイントを獲得する(最大 100)

ゲームの仕組み

ターゲットを優先距離に配置し、3つのマーカー円を配置します。

マーカーの円は、ターゲットに到達する前にボールが落ちなければなりません。

Position target at the preferred distance, then place the 3 marker circles. The marker circle is where your boule must fall before reaching the target.



難易度を変えるために3つの組み合わせが可能です

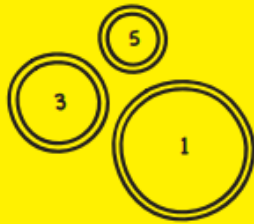
(オーバーリーフを参照)

* マーカーとマーカーとの間の距離とマーカーとターゲットの距離は、正確な距離はなく、希望する難易度に応じて適応させるのは誰にでも任されています。

1. Each player continuously plays 10 boules.



2. For each boule they play, they choose one of the 3 marker circles to try and win 1, 3 or 5 points.



3. The score is obtained by adding together the points won on the target and (see score grid)



4. NB: no points are scored if the boule does not land in a marker circle or if it does not reach the target circle.



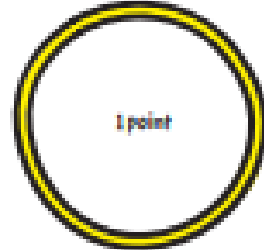
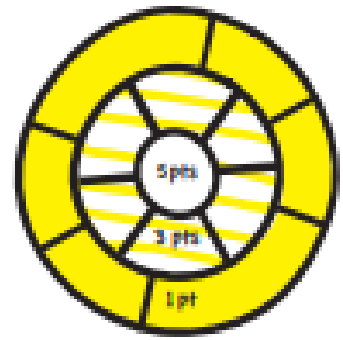
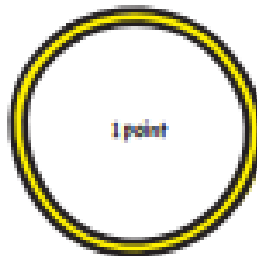
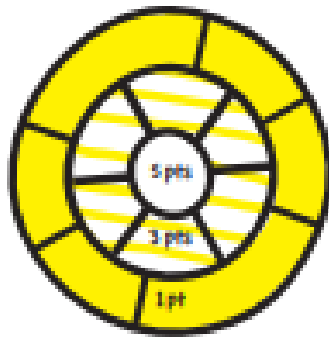
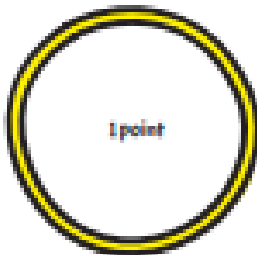
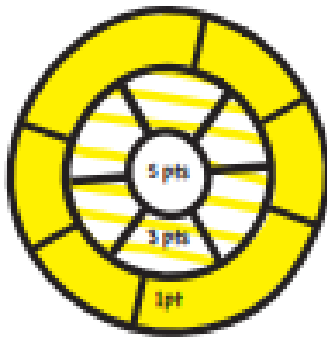
1、各プレイヤーは継続的に 10 個のボールでプレイ。

2、彼らがプレイする各ボールについて、彼らは 1、3 または 5 ポイントを獲得しようとする 3 つのマーカーサークルの 1 つを選択します。

3、スコアは、ターゲットで獲得したポイントを合計することによって得られます(スコアグリッドを参照)。

4、注意:ボールがマーカー円に着地しない場合、またはターゲット円に到達しない場合、ポイントは得点されません。

難易度を変更するには、マーカーの円の順序を変更し、異なる距離を選択します。





THE OBUT 531

令和 年 月 日

会 場 :

プレイヤー名 :

ポイント	サークル			ターゲット			1ボール当りの合計
	1	3	5	1	3	5	
ポイント1							
ポイント2							
ポイント3							
ポイント4							
ポイント5							
ポイント6							
ポイント7							
ポイント8							
ポイント9							
ポイント10							
全体の合計							

プレイヤー名 :

ポイント	サークル			ターゲット			1ボール当りの合計
	1	3	5	1	3	5	
ポイント1							
ポイント2							
ポイント3							
ポイント4							
ポイント5							
ポイント6							
ポイント7							
ポイント8							
ポイント9							
ポイント10							
全体の合計							

プレイヤー名 :

ポイント	サークル			ターゲット			1ボール当りの合計
	1	3	5	1	3	5	
ポイント1							
ポイント2							
ポイント3							
ポイント4							
ポイント5							
ポイント6							
ポイント7							
ポイント8							
ポイント9							
ポイント10							
全体の合計							

プレイヤー名 :

ポイント	サークル			ターゲット			1ボール当りの合計
	1	3	5	1	3	5	
ポイント1							
ポイント2							
ポイント3							
ポイント4							
ポイント5							
ポイント6							
ポイント7							
ポイント8							
ポイント9							
ポイント10							
全体の合計							

☆ ペタビンゴ ☆ (ペタンクの応用)

人数 1チーム1人～6人

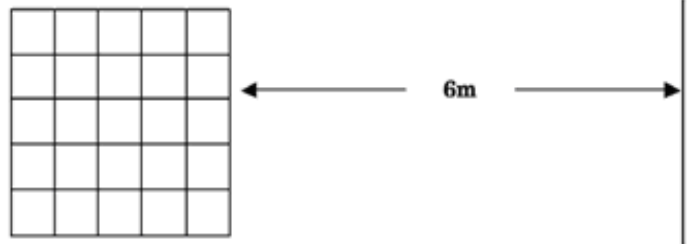
ペタビンゴは、ペタンクとビンゴを基本に考案されたニュースポーツです。

用具

ボール 各チーム12球ずつ計24個

シート 楕 2.5m・横 2.5m のシート

に 50cm のマスを作ります。



ゲームの進め方

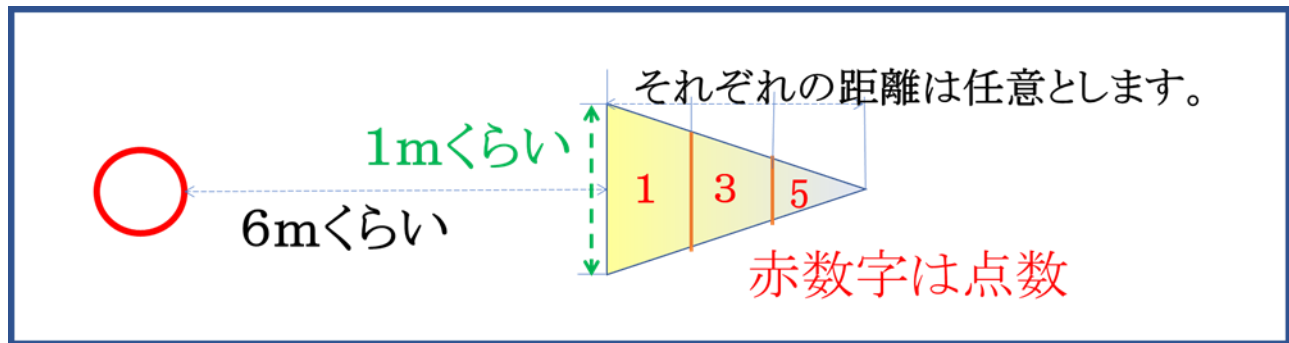
- (1) 1チーム1人～6人で対抗する。(各チーム6球ずつ計12個)
- (2) 楕・横・斜めのいずれかに、同じチームのボールが5個並べばそのチームのボーナス点。
- (3) 楕・横のビンゴは10点、斜めのビンゴは15点。
- (4) マス内の入ったボールは1点とする。ただし、同枠内に同じチームのボールが2個以上ある場合でも1点と数える。
- (5) 試合は、5ラウンドマッチで勝敗を決める。

得点表

チーム名	1	2	3	4	5	合計

ポワソンの練習試合

三角形でのトレーニングゲーム



2チームに分かれて、三角エリアにボールを止めて、止まった場所の点数を加点して、合計点数で競います。

一人の人が投球し点数を確認後、ボールは取り除く。

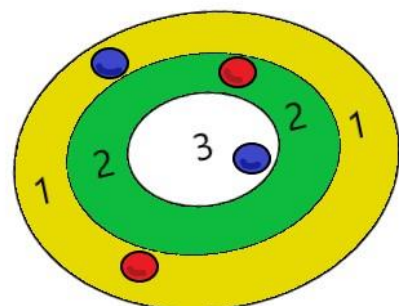
投球の順番としては、ジャンケンで勝ったチームが先行する。

- ① ひとりの人が、連続して投球する。
- ② チーム内で連続又は交互に投球し投げ切り、相手チームと交換します。相手チームも連続又は交互に投球し投げ切ります。ボールは1投ごとに点数を確認後、取り除きます。
- ③ お互いのチームで1投ごとに交互に投球し、点数を確認後取り除き最後まで投げ切ります。ボールは1投ごとに点数を確認後、取り除きます。

ボールの数は、

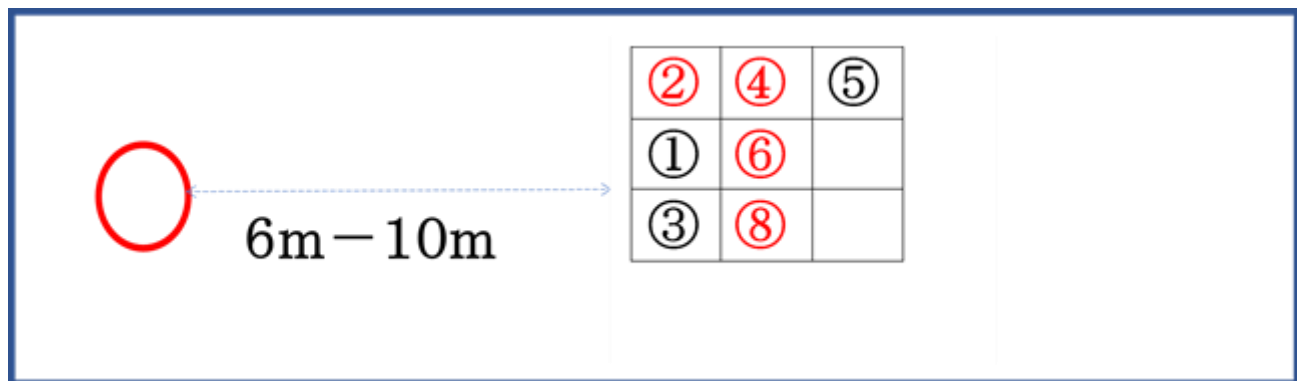
- ◎シングルスでは、1人3球です。
- ◎ダブルスでは、1人3球です。
- ◎トリプルスでは、1人2球です。

参考 ターゲット(的あて)に寄せて。



ポワンテとティールの練習試合

ビンゴでのトレーニングゲーム



2チームに分かれて対戦します。(1対1/2対2/3対3)

升目の大きさはレベルに合わせて大きさを決める

【トリプレット例】

・投球は交互に行います。ジャンケンで勝ったチームが先行する
(Aチームが勝ち)

1. Aチームが投球①(升目をきめて)停止した升目にボールは置く。

2. Bチームが投球(Aチームのボールが入った升目には入れられない)

3. Aチームが投球③

4. Bチームが投球④

5. Aチームが投球⑤(Bチームのビンゴを防御成功)

6. Bチームが投球⑥(Aチームの斜めビンゴ防御成功)

7. Aチーム投球⑦(升目に入らず失敗)

8. Bチームが投球⑧(ビンゴ成功)、結果、先にビンゴしたBチームの勝ち

・応用としてティールを取り入れる

上の場合、Aチームは①と③がおけた場合②を升からティールで出し升目を開けてから、次の投球で②のあった升目に投球しビンゴにする作戦をとることも考える。