

# 第22回さくら市民体育祭秋季大会

## 種目別実施要項

# 種目別実施要項

## ○ボール送り

### 参加資格

中学生以上（男女は問わない） 合計7人

バット 第1走者 1人・・・ハチマキ着用

第2走者 1人

2人3脚 第3走者 2人

第4走者 2人

ドリブル 第5走者 1人

### 競技方法

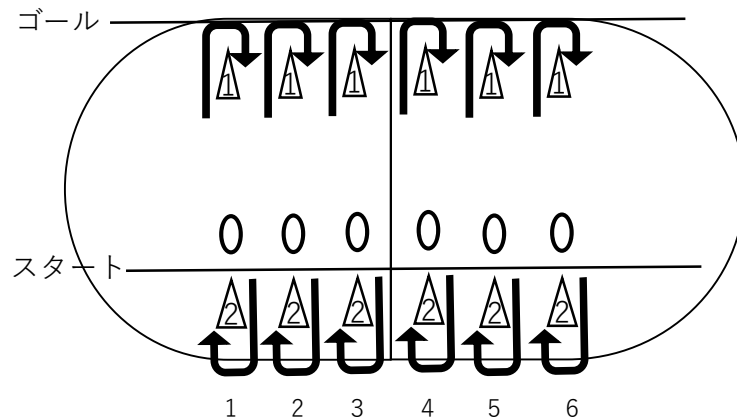
第1走者からタスキをかけてスタートし円の中のバットをもって、ボールを転がしながら第1折り返し点を回り、円の中にボールを静止させる。（ボールが静止したら、審判が白旗をあげる）

第2折り返し点を回り、次走者にタスキを渡す。（以下各走者同じ）

第5走者は、円の中にボールを静止させ、第2折り返し点を回り、第1走者へタスキを渡す。

第1走者は、タスキをし、円の中のボールを持って走り、ゴールする。

本 部



1レーン⇒6レーン

# ○みんなでジャンプ

## 参加資格

中学生以上男女合計12人

跳ぶ人は男子5人、女子5人の計10人

回す人は2人（男女不問）

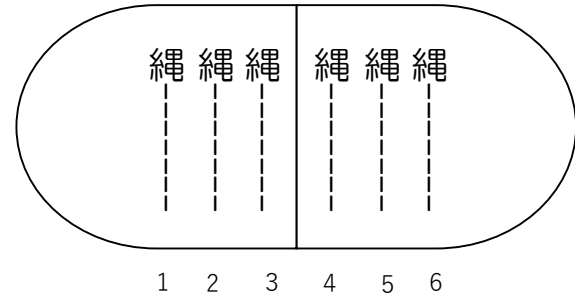
※使用する縄は、大会本部で用意したものを  
使用すること。

## 競技方法

跳ぶ時間は2分間で、途中で失敗しても時間内は競技を継続し、その2分間における合計回数で競う。

跳んだ回数が同数の場合は、その行政区チームの点数を合わせて等分する。

本 部



1レーン⇒6レーン

# ○満水競走

## 参加資格

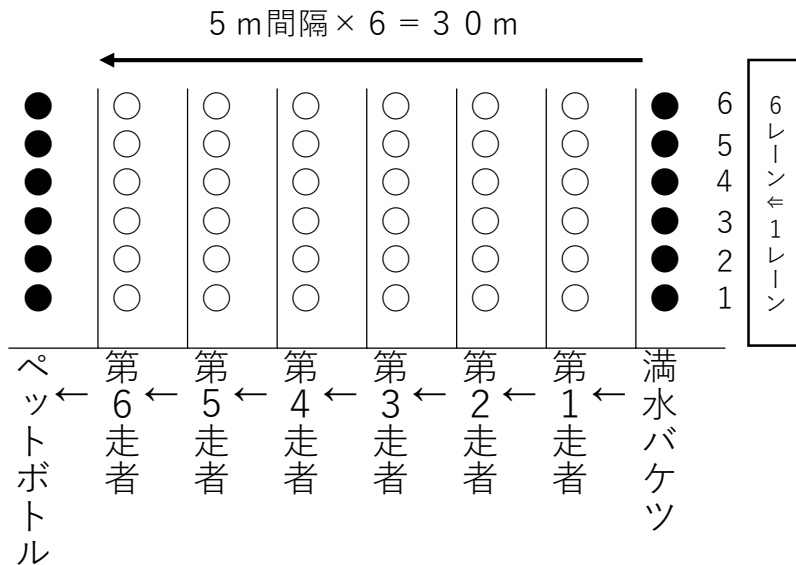
60歳以上の男子2人・女子2人、小学生2人（男女は問わない）合計6人

順序は小学生⇒60歳以上男子⇒60歳以上女子⇒小学生  
⇒60歳以上男子⇒60歳以上女子とする

（60歳以上の選手がどうしてもいない場合に限り、小学生・未就学児の出場を可とする。）

## 競技方法

- ①スタートライン上に、満水のバケツを置き、30m先の地点に1.5ℓのペットボトルを置く。
  - ②スタートの合図で、第1走者はカップでバケツの水を汲み、こぼさないように5m走り、第2走者のカップに水を移す。第2走者は第3走者に、以下同様に第6走者まで繰り返す。
  - ③第6走者は5m走り（30m地点）ペットボトルにカップの水を入れる。
  - ④競技時間は3分以内とし、満水になった時点で終了とする。
  - ⑤容器の水の量によって順位を決めるが、同量の場合は、双方の行政区チームの点数を合わせて等分する。
- ※カップには手でふたをしないこと。ペットボトルを手で押さええないこと。



本 部

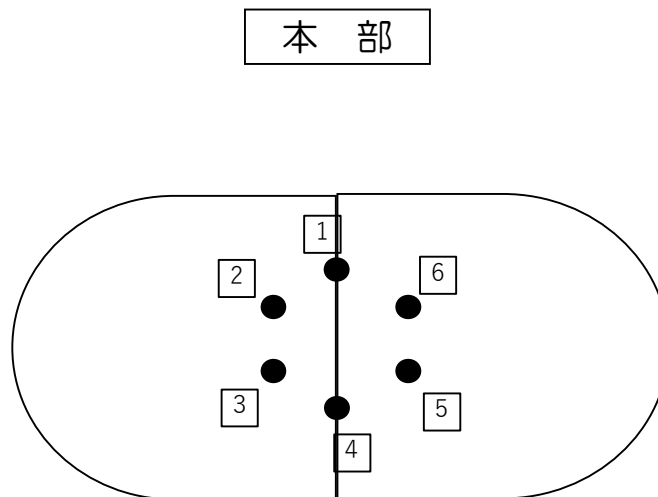
# ○玉入れ

## 参加資格

中学生以上で15人（男女は問わない）

## 競技方法

競技時間は1分間とする。  
玉の多い順に順位を決める。  
同数の場合は得点を分ける。  
カゴの高さは、4.0mとする。  
玉はあらかじめ中央に集めておく。



組合せ：参加行政区チームを世帯数により4ブロックに分けて実施する。

# ○追いかけて玉入れ（小学生自由参加）

## 参加資格

自由参加（対象は小学生）とする

## 実施方法

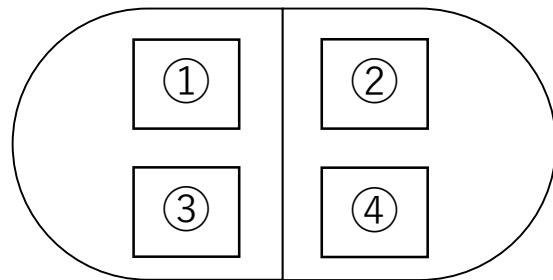
参加希望者（事前申請および当日参加）を事前にグループ分けをし、各グループで実施

- ①（小1～2）
- ②（小3～4）
- ③（小5～6）
- ④（人数が多いカテゴリーの第2グループ）

## 進行方法

- ・エリアはカラーコーンで設営する。
- ・競技時間は1分間とする
- ・競技時間内で逃げる鬼が背負う籠に玉を入れる
- ・鬼は各グループ1名とする
- ・競技終了後に玉を一斉に数える
- ・状況によって、数セット実施することもある
- ・参加者へ参加記念品（お菓子等）を配布する

本 部



## ○じゃんけんNo1決定戦（自由参加）

### 参加資格

自由参加とする

### 実施方法

参加希望者によるじゃんけん勝ち抜き戦とする  
上位入賞者に景品を授与する。

### 進行方法

- ①参加希望者にトラック内側に入ってもらい、  
近くの参加者同士でじゃんけんを行う。  
対戦者が見つからない場合は、3人で行い勝った1～2人を勝ち上がりとする
- ②勝者が座り、敗者はトラックの外側に出るを繰り返す。  
20名程度となったらトラック中心部で行い、  
近くでの応援も可とする。
- ③優勝決定後に、上位入賞者に景品を授与

本 部



## ○綱引き

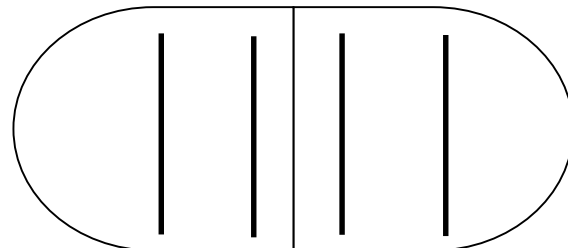
### 参加資格

中学生以上で男子10人、女子10人の  
合計20人とする。

### 競技方法

競技時間は30秒間とする。  
決しない時は、1分休み、更に30秒とする。  
革手袋やいぼ付きの軍手、スパイク付きの靴  
は禁止とする。

本 部



綱 綱 綱 綱

D C B A

Dブロック ← Aブロック

# ○女子リレー

## 参加資格

### 女子

- ①小学生 (50m)
- ②中学生 (100m)
- ③20歳まで (100m)
- ④21～35歳 (100m)
- ⑤36～50歳 (50m)
- ⑥51歳以上 (50m)

上記の各年齢区分で行う。

## 競技方法

小学生からスタートし順位を決める。

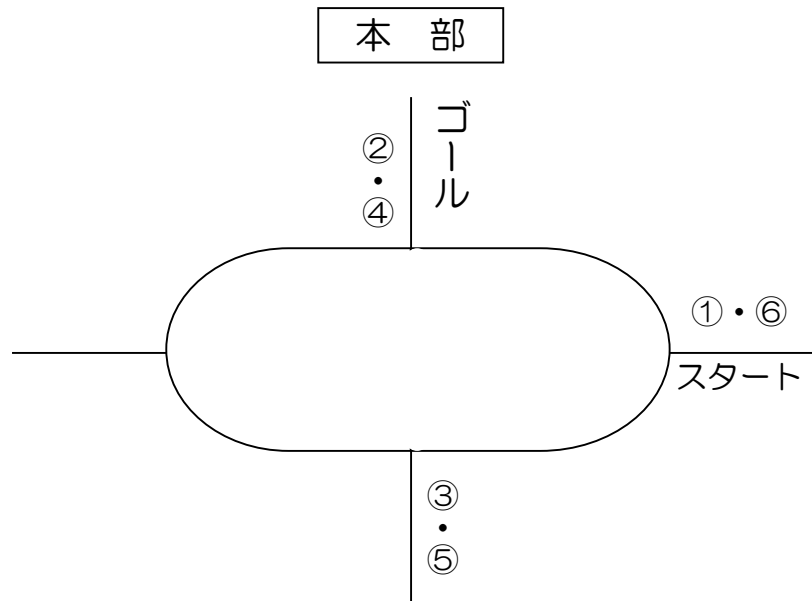
スパイクの使用は禁止とする。

※スタート時、小学1～2年生は11m、小学3～4年生は7mのハンデをもうける。

※20歳までの年齢区分で該当する選手がいない場合は、低い年齢者の出場を認める。

※21歳からの年齢区分で該当する選手がいない場合は、高い年齢者の出場を認める。

※小学生で該当者がいない場合に限り、性別に関係なく出場出来る。



# ○男子リレー

## 参加資格

### 男子

- ①小学生 (50m)
- ②中学生 (100m)
- ③20歳まで (100m)
- ④21～30歳 (100m)
- ⑤31～40歳 (100m)
- ⑥41～50歳 (100m)
- ⑦51～60歳 (50m)
- ⑧61歳以上 (50m)

上記の各年齢区分で行う。

## 競技方法

小学生からスタートし順位を決める。

スパイクの使用は禁止とする。

※スタート時、小学1～2年生は1.1m、小学3～4年生は7mのハンデをもうける。

※20歳までの年齢区分で該当する選手がいない場合は、低い年齢者の出場を認める。

※21歳からの年齢区分で該当する選手がいない場合は、高い年齢者の出場を認める。

※小学生で該当者がいない場合に限り、性別に関係なく出場出来る。

