

28 ラージボール卓球



場 所	人 数	対象年齢	運動強度
屋 内	1人対1人 2人対2人	誰でも可	中 度

(特色)

幅広い卓球競技の普及とレクリエーションスポーツとしても楽しめるよう昭和63年日本卓球協会がラージボールを使用する新卓球ルールを新しく考案しました。特徴としては、ボールサイズを大きく、軽くし、ボールのスピードを出にくいものとしたため、ボールの変化が少なく、高度な技術がなくてもラリーが続き、初心者から高齢者まで楽しむことができます。

(用具)

テーブル	普通の卓球競技用のテーブルを使用する。(長さ152.5cm 幅275cm 高さ76cm) ネットの高さは17.25cmとする。
ボール	ラージボール(市販されているもの)
ネット	表ソフトラバーを貼ったラケットを使用する。 (ラバーの厚さの制限はないが粒高ラバーは使用できない)
コート領域	長さ10m、幅5m以上とする。

(競技方法)

- (1) 1マッチは3ゲームとし、2ゲームを先取したほうが勝つ。
- (2) 1ゲームは11点先取したほうが勝ちとなる。双方の得点が10対10になったときは、以後2点連続して得点したほうを勝ちとするが、双方の得点が12対12になったときは、どちらかが13点目を先取することにより勝敗を決定し、そのゲームを終わる。
- (3) エンドは1ゲームごとに交代する。ゲームが1対1になった後の最終ゲームでは、どちらかの得点が5点になったときにエンドを交替する。
- (4) サービス
 - 1 ボールを回転させることなく、フリーハンドを平らにした手のひらの上にボールを乗せてからサービスが開始される。
 - 2 手のひらの上に静止させたボールを上に向けてからそのボールが落下する途中をラケットで打たなければならない。

- 3 サービスは2ポイントごとに交替する。ただし、双方の得点が10対10になったときは以後1ポイントごとに交替する。

ダブルスの場合

- (1) はじめのゲームで、はじめの2回のサービスを行う組は、どちらが最初にサービスをするかを決める。(A BのうちAが最初のサーバーとする。)レシーブ側も同じようにどちらが最初のレシーバーになるかを決める。(X YのうちXがレシーバーとする。)1セット目はA - X - B - Y - Aの順でラリーが行われる。
- (2) 2セット目にはX Yのうちどちらがサービスを出してもよい。ただし、Xがサービスなら相手のレシーブはAとなり、YがサービスならBがレシーブというように1セット目と逆になる。
- (3) ゲームが1 : 1になった後の最終ゲームではどちらかの得点が5点になったときにエンドを交替するが、その場合、サービス者はそのままの順序で行うが、レシーブする側はレシーブする順序を替えなければならない。
- (4) 打球は必ず各組交互に打つ。交互に打たなかった場合は相手側の得点になる。