




スポンジボールテニス競技規則



全国スポンジボールテニス協会

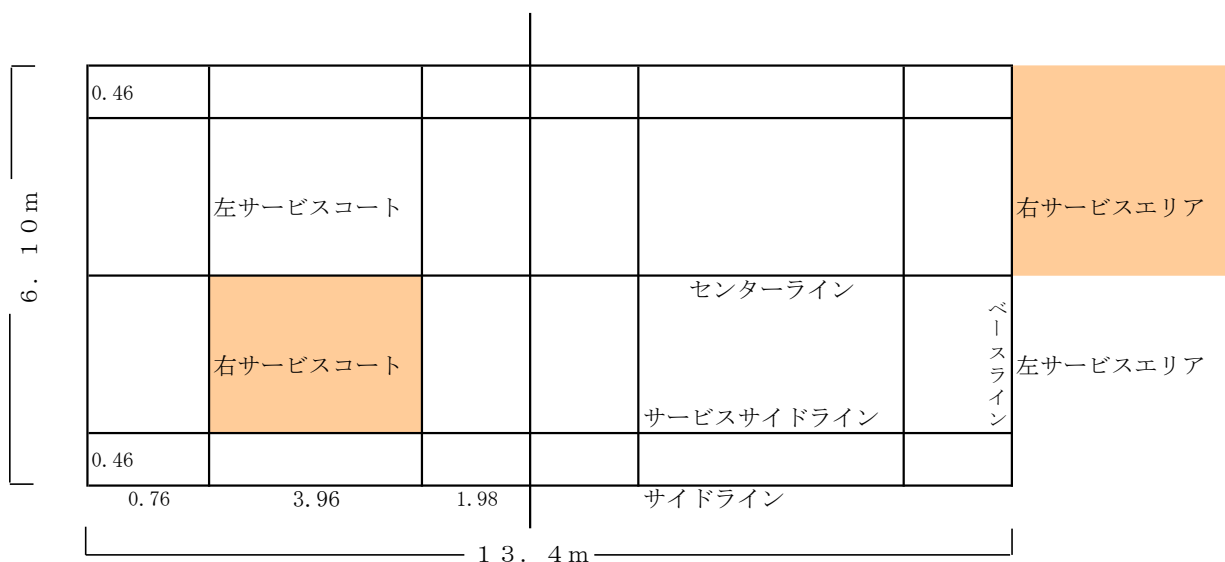


以下の規則は、全国スポンジボールテニス協会大会実行委員会が制定し同大会において適用するものとする。

第2章 コートと用具

第1条 コートの規格

- 1) コートの大きさは、縦13m40cm、横6m10cmの平坦な長方形で、その中央はネットによって二分される。
(バトミントンコートと共通である)
- 2) コートのラインは、コートの色とはっきり区別できる色とし、幅は40mmとする。
- 3) コートの両端および両側を区切るラインを、それぞれベースラインおよびサイドラインと呼ぶ。また、ベースラインを均等に二分しサイドラインと平行なラインをセンターラインと呼ぶ。
- 4) コートの計測はサイドラインとベースラインは各ラインの外側から、センターラインはラインの中央からとする。
- 5) サービスエリアとはサイドラインとセンターラインに挟まれ、ベースラインより後方のエリアとする。



第2条 ネットポストの規格

- 1) ネットポストは、鉄製またはそれに類似するパイプを標準とする。
また、当委員会が認める他の器具でも良い。
- 2) 左右のネットポストの間隔は、その外側において6 m 1 0 c m以上を確保し、その高さは9 0 c mとする。

第3条 ネットの規格

- 1) 幅は9 0 c m
- 2) 長さは6 m 1 0 c m以上を確保する。
- 3) 網目は2 c m以内とする。
- 4) 色はボールをはっきり識別できる色とする。
- 5) 上部は両面を幅3 5～5 0 mmの白色等のカバーで被う。
- 6) 以上の類似品であっても、当委員会が承認するものであれば良い。

第4条 ネットの高さ

- 1) ネットの高さは、両端ポスト高さ9 0 c mを水平に張った高さとする。
- 2) ネットの両端はネットポストに接していること。

第5条 ボールの規格

- 1) ボールは、ミズノ製スポンジボール：6 0 H－8 0 3等を公認球とする。
(色は黄色、直径7. 0 c m、重さ1 5 g)

第6条 ラケットの規格

- 1) ラケット全体の長さを5 5 c m以内とする。
- 2) ラケットは上記の規格内であれば材質に制限はない。

- ラケットに使用する弦（ガット）については材質に制限はないが、ボールに特別な変化を与えるものをつけてはならない。

第7条 ウェアとシューズについて

- ウェア上下は黄色、オレンジ系統は着用しない。
- シューズについては特定の制限はないが、床を傷つけないゴム等の軟らかい材質で、運動のしやすいものであること。

第3章 試合規則

第8条 試合形式

- スポンジボールテニスは2人をもって1チームを構成するダブルスを基本とする。試合途中でのプレーヤーの交替はできない。

第9条 ゲームの勝敗

- 試合は5ゲームで構成され、3ゲームを先取したチームが勝者となり試合を終了する。
- 各ゲームは4ポイント先取をもって勝ちとする。
- 双方のチームが3ポイントずつ得た場合はデュースとする。
- デュースの後の1ポイントを得た場合、そのチームはアドバンテージ（有利・優位）となる。その後続いて1ポイントを得た場合、そのチームがゲームに勝ったものとする。
- アドバンテージの次に相手チームがポイントを得た場合は再びデュースとなる。
- 競技大会の運営上必要に応じて他の方法で行うこともできる。

第10条 サーブ及びコートを選択

対戦するプレーヤーは試合前にトス（ジャンケン）を行い、サーブ（又はレシーブ）およびコートを選択を行う。

トスに勝ったチームは、以下のいずれかを決めるか、又は、相手側に先に決めさせる。

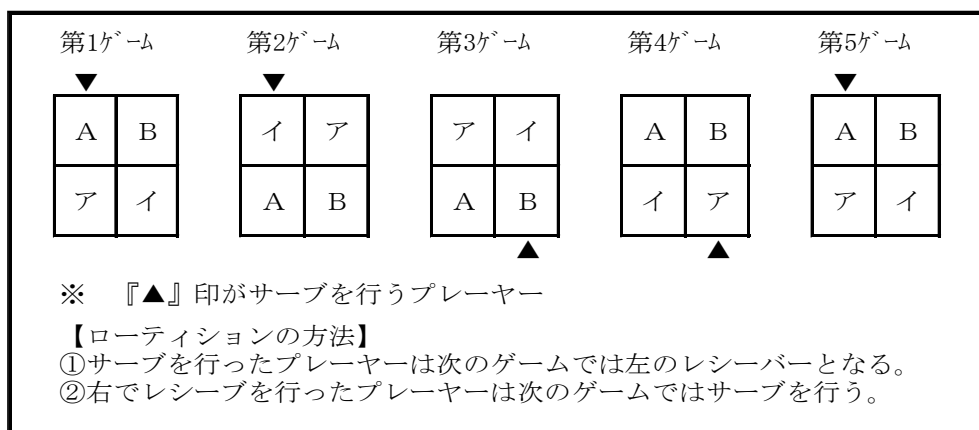
- 1) サーブかレシーブを選択した場合、相手側はコートを選択する。
- 2) コートを選択した場合、相手側はサーブかレシーブかを選択する。

第11条 サーバー及びレシーバー

- 1) 対戦するチーム同士は互いにネットを挟んで向かい合って立ち、サーブする方をサーバー、レシーブする方をレシーバーと称する。

第12条 コートチェンジ及びローテーション

- 1) サーブとレシーブは1ゲームを終わるごとにローテーションを行い、奇数ゲーム終了時にはコートチェンジを行う。その順序は下図の通りとする。
- 3) サーブチェンジ又はコートチェンジを間違えた場合、また、サーブの順序やレシーブの順序を間違えた場合、間違いが発見された次のポイントから訂正する。但し、それまでのポイントは有効である。



第13条 試合の開始

- 1) プレーヤーが各自のポジションにつき、主審の「プレイボール」のコールにより試合が開始される。

第14条 サーブの方法

- 1) 各ポイントごとのサーブは1回とする。
- 2) サーブはサイドライン及びセンターラインのそれぞれ仮想延長線の間で、ベースラインの後方で囲まれたエリア（サービスエリア）内で行なわれなければならない。
- 3) サーバーは手でボールを放ち、そのボールがワンバウンドするまでにラケットで打つものとする。但しトスアップ後、ボールを打つ意思表示をせず、手で捕球するか、床に落とした場合はサーブのやり直しができる。
- 4) 1回のサーブでラケットを振ることができるのは1回とする。
- 5) サーブはラケットからボールが離れた瞬間に完了したものとみなす。
- 6) 上記サーブが完了するまでサービスエリアから出る事も、ラインを踏む事もできない。
- 7) サーブは右サービスエリアから行い、ポイント決定後、左サービスエリアから行う。以後ポイント決定ごとに左右交互に行う。
- 8) サーブは右サービスエリアから行う場合は相手側の右サービスコートに向かってボールを打ち、左サービスエリアから行う場合は左サービスコートに向かってボールを打つ。
- 9) サーブの助走を禁止する。

第15条 サーブのレット（やり直し）

次のサーブはレットとし、サーバーはそのサーブをやり直すものとする。

- 1) サーブしたボールがネットまたはポールに触れた後、相手側のサービスコートに入ったとき。
- 2) プレーヤーの用意のできていないうちにサーブが行われたとき。

第16条 レシーブの方法

- 1) レシーバーはサーブされたボールを、ワンバウンドした後で、かつツーバウンドする前に打たなければならない。

第17条 サーバー側の失ポイント

次のサーブはフォルト（無効）となり、サーバー側は1ポイントを失うものとする。

- 1) サーブしたボールが直接相手側のサービスコートに入らなかったとき。
- 2) サーブが完了するまでに、いずれかの足がベースラインを踏んだとき、またはサービスエリアを踏み出したとき（フットフォルト）。
- 3) サーブされたボールが相手側のサービスコートに入る前にネット以外の物に触れたとき。
- 4) サーブを空振りしたとき。

第18条 レシーバー側の失ポイント

- 1) レシーブしたボールを相手側コートに有効に返球できなかつたとき。
- 2) サーブされたボールを直接（ノーバウンド）ラケットにあてたとき。
- 3) サーブされたボールがレシーバ側のプレーヤーの身体・着衣あるいは持ち物に触れたとき。

第19条 インプレー

- 1) サーブによりラケットにボールがあたった瞬間をもってインプレーとなり、レット（やり直し）が主審より宣言されない限り、そのボールはポイントが決定するまでインプレーとなる。

第20条 インプレーでの失ポイント

以下のプレーが行われた場合、相手側が1ポイントを得るものとする。

- 1) ボールを直接ネットを越えて相手側に返球することができなかつたとき。
- 2) 返球したボールが相手側のコートに入らなかつたとき。《アウト》
- 3) 返球したボールが直接審判（主審・副審・線審）あるいは設置物に当たったとき。《アウト》
- 4) 返球されたボールをツーバウンドする前に返球できなかつたとき。
- 5) 故意に2打以上触れて相手側に返球したとき。《ドリブル》
ただし、一人のプレーヤーが一度のスイングでラケットに2度あたった場合を除く。
- 6) プレーヤーの身体・着衣あるいは持ち物がボールに触れたとき。
《ボディタッチ》

- 7) プレーヤーが打球しようとしている相手側のプレーを妨害したとき、または攻撃側のプレーヤーが相手側を威嚇したとき。
《インターフェア》
- 8) プレーヤーのラケット・身体・着衣あるいは持ち物がネットに触れたとき。《タッチネット》
- 9) プレーヤーのラケット・身体・着衣あるいは持ち物が、ネットまたはネットの仮想延長線を越えて相手側のエリア内に入ったとき。
《オーバーネット》
- 10) いかなる場合でも、ネットを越えて打球したとき。《オーバーネット》
- 11) 正しくコートに入ってきたボールが自コートにバウンド後、ボールの回転によりラケットに触れる前に直接あるいはネットまたはネットボールに触れて相手コートに戻ったとき。《ノータッチ》
- 12) コート内でラケット以外の落とした物にボールが当たったとき、落とした選手の失点。

第21条 インプレーにおける有効な返球

- 1) 打ち返したボールがネットまたはネットポストに触れても、ネットを越えて相手側に入ったとき。
- 2) ボールがネットポストの外側を飛び、相手コートに入ったとき。

第22条 インプレーにおけるレット

インプレーにおける以下の様な事項でプレーが中断した時は、そのポイントの有効とせず、そのポイントの最初からやり直す。

- 1) 審判が判定を誤ったためプレーに支障が生じたとき。
- 2) プレーヤーが不可抗力によってそのプレーを妨げられたとき。但し、主審の判定による。
- 3) ボールがコート内に落ちている他のボールに当たったとき。

第23条 ライン上への落球

- 1) ライン上に落ちたボールはそのラインによって区切られたコート内に落ちたことになり有効である。

第24条 審判の構成

- 1) 主審・副審・線審から構成される。
- 2) 主審及び副審は各1名、線審は2名の計4名を基本とする。
- 3) 上記は、大会運営の都合上により他の方法で行うこともできる。

第25条 主審の任務

- 1) 試合の勝敗の決定をする。
- 2) 試合中でのゲームカウント及びポイントの管理を行う。
- 3) 試合中でのプレーヤーのポジションが適切かどうかを管理する。
- 4) 試合中でのゲームカウント及びポイントをプレーヤーにコールをする。
- 5) 試合中でのアウト・レットなどをプレーヤーにコールをする。
(コールをするのは主審のみなので、プレーヤーは「アウト」と言わず、「ウオッチ」「見て」等と言う。)
- 6) サーブ・レシーブなど適切でない順序・位置でのプレーを発見した時は、プレーヤーを適切な順序・位置に戻しプレーを再開させる。
- 7) 担当ラインについてボールの落下地点をチェックする。
- 8) 試合中にプレーヤーがツースバウンド以上で打球したか否かチェックする。
- 9) 各サーブにおけるレットについて、ボールがネットに触れているか否かチェックする。
- 10) プレーヤーのラケット・身体・持ち物がネットに触れているか否かチェックする。
- 11) プレーヤーがオーバーネットをしているか否かチェックする。
- 12) その他試合に関わるプレーについてすべてを管理する。

第26条 主審の権限

- 1) 試合の勝敗の決定を行なうことができる。
- 2) 試合のプレーについての有効・無効の判定を決定できる。
- 3) 試合中の適切でない順序・位置について、正しい順序・位置に戻るようプレイヤーに指示できる。
- 4) 主審の判定について従わないプレイヤーについて注意し、それでもなお従わないプレイヤーについては退場させる権限をもつ。もちろん、その退場となったチームはその試合では敗戦となる。
- 5) その他試合に関わるすべての判定を決定できる。

第27条 副審の任務

- 1) 担当ラインについてボールの落下地点をチェックし、ボールがラインの外側に出ている場合（有効でない場合）は、主審に合図する。
- 2) 試合中にプレイヤーがツーバウンド以上で打球したか否かをチェックし、その場合は主審に合図する。
- 3) 副審の任務は主審の判定への情報提供であり、副審の判定でプレーが決定することはない。
- 4) 得点板を用いて試合の得失ゲーム数や得失ポイント数を表示する場合、試合進行に合わせて得点板を更新する。

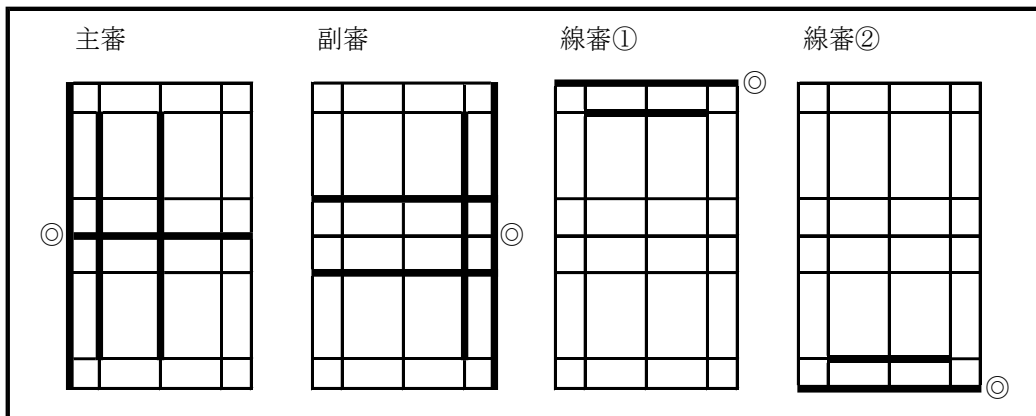
第28条 線審の任務

- 1) 担当ラインについてボールの落下地点をチェックし、ボールがラインの外側に出ている場合（有効でない場合）は、主審に合図する。
- 2) サーブが完了する前に、サーバーがベースラインを踏むか、サービスエリアから出た場合は主審に合図する。
- 3) 試合中にプレイヤーがツーバウンド以上で打球したか否かをチェックし、その場合は主審に合図する。
- 4) 線審の任務は主審の判定への情報提供であり、線審の判定でプレーが決定することはない。

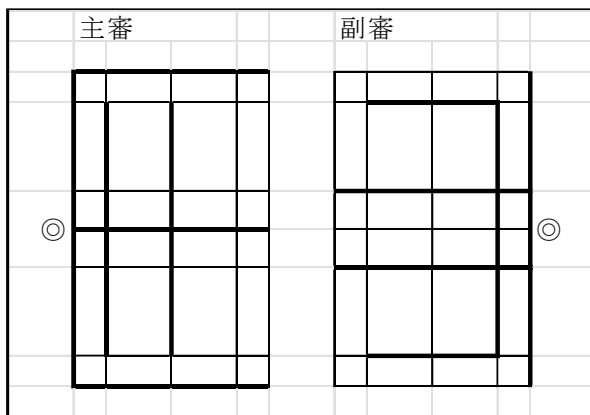
第29条 審判の担当ライン

各審判がボールの有効性等をチェックする担当するラインはそれぞれ下図の通り。

(1) 主審、副審、線審2名の場合



(2) 主審、副審のみの場合



以下の章は審判が試合を運営する上での具体的な説明となる。

第5章 主 審

第30条 プレーでのコール

- 1) 『レディ』 : プレーヤーを各自のポジションにつくよう指示するとき。
- 2) 『プレイボール』 : 試合開始、又は中断している試合を再開するよう指示するとき。
- 3) 『タイム』 : プレーヤーのプレーを一時停止させるとき。
- 4) 『アウト』 : 打球がコート外に着地したとき。
: 競技規則に定められる不正なプレーを行ったとき。
- 5) 『フォルト』 : サーブしたボールが所定のサービスコートに入らな

かったとき。

- 6) 『フットフォルト』 : サーバーがサーブを完了する前にサービスエリアを出るか、ベースラインを踏んだ等の不正なサーブを行ったとき。
- 7) 『レット』 : サーブしたボールがネットに触れて所定のサービスコートに入ったとき。

第31条 ポイントのコール

- 1) 『ゼロ・ワン・ツー・スリー』 : 各ポイントをサーバー側からコールする。
- 2) 『オール』 : ポイントがワン・ワンの時はワンオール、ツー・ツーマスはツーオールと言う。但しスリーオールとは言わない。
- 3) 『デュース』 : 双方のポイントが3ポイントになったとき。
- 4) 『アドバンテージ・サーバー』 : デュースの次のポイントをサーバー側がとったとき。
- 5) 『アドバンテージ・レシーバー』 : デュースの次のポイントをレシーバー側がとったとき。

第32条 ゲームのコール

- 1) 『ゲーム』 : 各ゲームが終了したとき。
- 2) 『ゲームカウント ○ - ○』 : ゲーム開始時に、サーブを行うチームよりコールする。

第33条 その他のコール

- 1) 『コレクション』 : 訂正(Correction)。主審がコールを間違ったとき。
- 2) 『補足的説明』 : プレー中でのコールは殆どが「アウト」になるが、プレーヤーへの補足的説明として、その説明を臨機応変に行うことも可能である。
例 アウト・オーバーネット、アウト・ボディタッチ
- 3) 『不要なコール』 : プレーを円滑に継続させる為に不要なコールは避けるべきである。「イン」など。

第6章 副 審

第34条 主審への情報提供

- 1) インプレー中のフォルト、アウトボール及びツーバウンド等のチェックをし、発見次第に主審に手を上げて合図する。

第7章 線 審

第35条 主審への情報提供

- 1) インプレー中のフォルト、アウトボール及びツーバウンド等のチェックをし、発見次第に主審に手を上げて合図する。
- 3) サーブが完了する前に、サーバーがベースラインを踏むか、サービスエリアから出た場合は主審に手を上げて合図する。

マ ナ ー

以下のような行為はスポーツプレーヤーとしてふさわしくないので気を付けて下さい。

- 1) ラケットを投げる・蹴る、ネットを叩く等の器物に害を与える行為
- 2) 相手側に向かったのガッツポーズや暴言等、相手を尊敬しない行為

付 則 本規則は、2004年 4月 1日より施行する。

2017年 8月27日一部改正

2024年 5月16日一部改正