

実施要項

1,年齢別部門

- (1)個人の部:小学生(低・中・高)一般(39歳以下・40歳以上)
- (2)団体の部:小学生(低・中・高)一般(39歳以下・40歳以上)
- (3)親子でジャンプのみ年長児参加可能

2,種目と審査基準

(1)個人の部

1【短なわ A】短なわ前跳び一回旋一跳躍 両足ジャンプ

■ルール

30秒間で縄を跳んだ回数を計測する。

計測は、両足カウント・小学生のみ2回とする。小学生以上の計測は1回。

*途中ロープに引っかかるなどのミスがあった場合でも競技を再開できる。

*ミスによる減点はない。時間内に跳べた回数を競い合う。

2【短なわ B】短なわ前跳び一回旋一跳躍 かけ足

■ルール、短なわ前跳びと同じ

3【短なわ C】短なわ後ろ跳び一回旋一跳躍 両足ジャンプ

■ルール、短なわ前跳びと同じ

4【短なわ D】短なわ二重跳び

■ルール、短なわ前跳びと同じ

5【ダブルダッチスピード】*回す人は事務局 OR 保護者

■ルール

30秒間で縄を跳んだ回数を計測する。跳び方は両足でもかけ足でもどちらでもよい。

途中、跳び方を変えてはならない。

計測は、両足カウント・小学生のみ2回とする。小学生以上の計測は1回。

*途中ロープに引っかかるなどのミスがあった場合でも競技を再開できる。

*ミスによる減点はない。時間内に跳べた回数を競い合う。

(2)団体の部

1【長なわ8の字跳び】*回す人は、保護者でも可

■ルール

30秒間で長なわ1回旋の中で1人ずつ跳び何人跳べるか合計跳躍数を競い合う。

1チーム15名以下(2人は回す人)計測は2回とする。

*ロープが1回転する間に同時に跳躍できる人数は、1名のみとする。

*途中ロープに引っかかるなどのミスがあった場合でも競技を再開できる。その際、誰から再開してもよしとする。

*ミスによる減点はない。時間内に跳べた回数を競い合う。

■小学生混合チームは、最高学年の部門に出場すること。

■一般チームは、チーム内で一番若い年齢の部門に出場すること。

2【ダブルダッチジャンプスルー】1抜け8の字跳び *ターナーは事務局 OR 保護者

■ルール

1 チーム5人以内でチームを組み(回す人は除く)30秒間で一人ずつ1抜けで何人跳べるか合計跳躍回数を競い合う。計測は2回とする。

*途中ロープに引っかかるなどのミスがあった場合でも競技を再開できる。その際、誰から再開してもよしとする。

*ミスによる減点はない。時間内に跳べた回数を競い合う。

■学年・年齢の枠はなしとする。ファミリーや異学年等でチームを編成してもよい。

3,特別種目

【親子でジャンプ】短なわ30秒一回旋一跳躍跳び・・・年長児~3年生と保護者 計測1回

*親子で向き合い、縄跳びをして時間内に跳べた回数を競い合う。

*途中ロープに引っかかるなどのミスがあった場合でも、競技を再開できる。

*ミスによる減点はない。

4,参加費

(1)個人の部:1種目 300 円

(2)団体の部:長なわ8の字1チーム 2,000 円 ダブルジャンプスルーは 1 チーム 1,500 円

(3)親子でジャンプ 1 親子 500 円

*団体の部に申し込みする際は、代表者名とチーム名を明記して申し込みをする。

5,申し込み方法:QR コードから申し込みください。

6,申し込み締め切り日:令和 5 年2月4日(土) 厳守

7,問い合わせ先:090-4558-7716(岡村)
