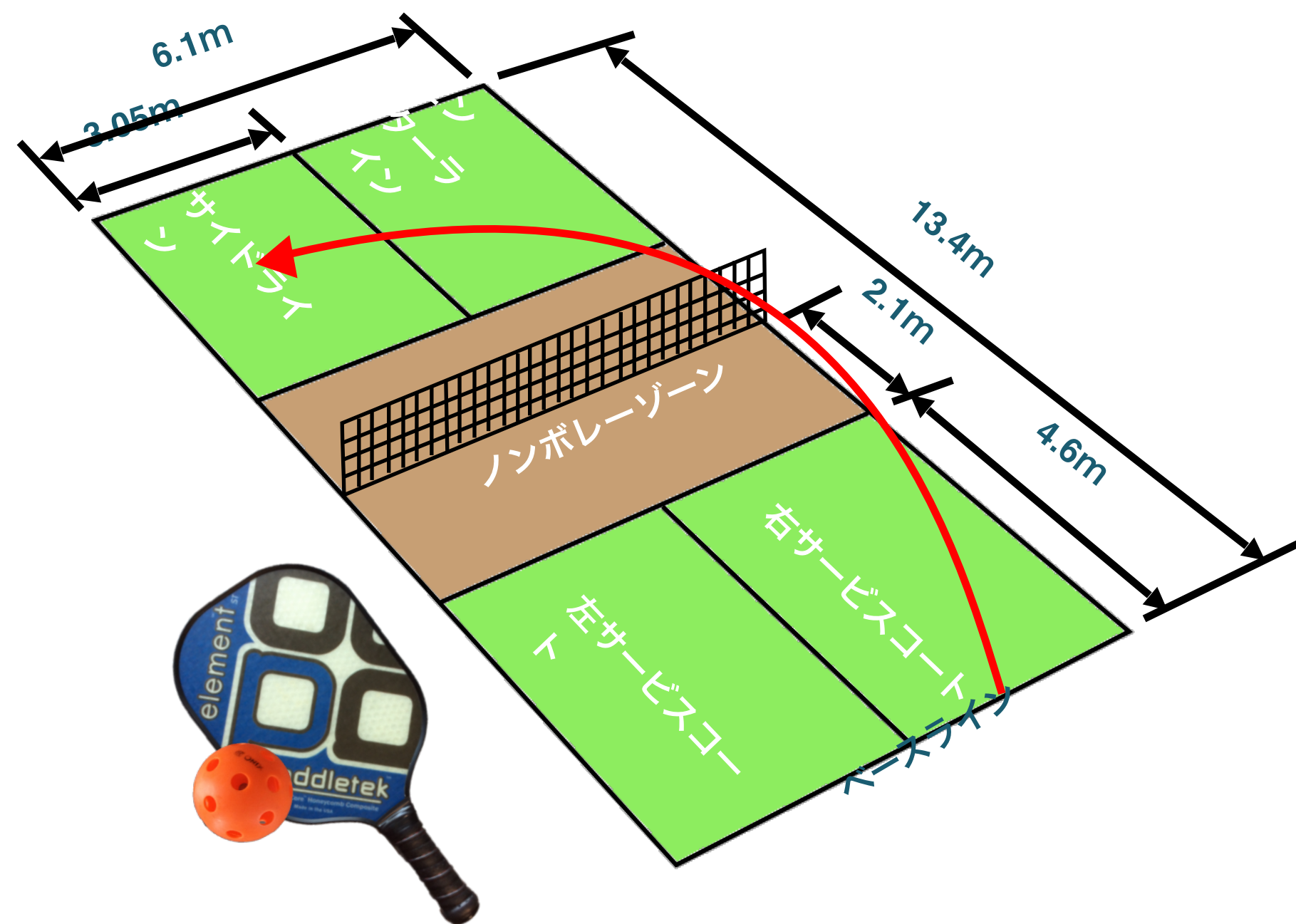


ピククルボールの基本とルール

USPAのルールブックを元に翻訳したものを簡略化しています。

ピククルボールとは？

ピククルボールは、テニス、卓球、バドミントンの要素を合わせたラケットスポーツです。コートサイズはバドミントンのコートと同じで、ボールは穴の開いた硬いプラスチック製の物です。ピククルボールは体育館でもアウトドアのコートでも出来ます。



★ピククルボールはテニスをスローにしたようなもの

ピククルボールはテニスボールの約1/3の速さで飛ぶと言われています。コートの大きさはテニスコートの約1/3です。

★公式球

硬いプラスチックの白か黄色、又はオレンジ色で直径2・3/4インチ（6.985cm）のボールを使います。

★クラス分け

シニアなどの年齢別や男子ダブルス、女子ダブルス、ミックスダブルスなどのクラス分けでトーナメントが行われています。

★点数の数え方など

サーブはアンダーサーブでベースラインの後ろから行います。サーブは対角線上の反対のサービスコートを狙います。右側から左側へと交互にサーブします。サーブとサーブのリターンに対する返球は打つ前に1回バウンドさせなければなりません。その後はボレーでもバウンドさせて返球しても構いません。ノンボレーゾーンに入ってボレーを打ってはいけません。

サーバーにしか点数が入りません。点数が入るのは相手がリターンをネットに引っ掛けたり、コートに入らなかったり、返球出来なかった時などです。

ゲームは1人のプレーヤーかチームが11点先取したら終了となります。10-10になったら2点以上差をつけたプレーヤー、又はチームの勝利となります。ゲームは通常3ゲームで行われ、2ゲームを先取した方が勝利となります。

★パドル

表面が硬いパドルで木製か金属、又はグラファイト製の物を使用します。打つ面は圧縮されていない物か、ボールのスピードやスピンを増すために穴が開いていたり、ざらざらした肌触りではない物を使用します。パドルとグリップは標準のサイズでなければなりません。

【ルール】

<得点と勝敗>

- ・ サーブ権がある時のみ得点することが出来る。ライン上に落ちたボールはセーフである。サーブをしているプレイヤーは自チームがミスするまでサーブを続ける。
- ・ 1ゲームの勝敗は11点先取（15点の場合もある）で、10対10の時は2点差がつくまで行う。3セットマッチで2セット先取した方が勝ちである。

<サーブ>

- ・ サーブは、ベースラインの後ろから行う。
- ・ サーブは、アンダーハンドで行う。ラケットはウエストより下で振り、尚且つ打点は手首より下である。
- ・ サーバーは、ボールをバウンドさせずにサーブする。
- ・ サーブは、コートに対角線に横切ってノンボレーゾーンを越え、相手のサービスコートに入れる。
- ・ サーブは一度だけ行うことが出来る。但しボールがネットに触れて相手のサービスコートに落ちた場合は、もう一度サーブすることが出来る。
- ・ ゲーム開始時、又は一方のチームがサーブ権を得た時の最初のサーブは常に右側のサービスコートから行う。

<コートチェンジ>

- ・ 自チームがショットを決めたり、レシーブチームがミスした場合にサービスチームが1点獲得する。その次のサーブは同じ人がコートを替えて（左右に移動）再びサーブする。サービスチームがミスした場合はサーブを行った人のパートナーがサーブを行う。この時のコートはそのままである。得点を上げた時のみコートチェンジが生じる。但しゲーム開始時のみサーブ権を持つチームは、一人しかサーブすることが出来ない。

<ボレー>

- ・ ボレーは、ノンボレーゾーンの後ろで行う。ノンボレーゾーンに入ってボレーしてはいけない。

<2バウンドルール>

- ・ サービス直後の1ラリーは、ボールをバウンドさせてから打たなければならない。即ちレシーブチームはサーブされたボールを、サービスチームはリターンされたボールを、一度バウンドさせてから打たなければならない。これを2バウンドルールと言う。
- ・ 2バウンドが終れば、ボレーでもバウンドしたボールでも打つことが出来る。

<シングルス>

- ・ シングルスもダブルスのルールが全て適用されるが、サーブは1球ずつで自分の得点が0か偶数の時は、右側のコートからサーブする。それ以外の場合は、左側のコートからサーブする。