

【 各種目共通ルール 】

●コート

コートはの広さは16m×8mの長方形とする。フリー・ゾーンの規格は定めないこととする。

●ユニフォーム

競技者のユニフォームは特に規定しない。但し、男子は海水パンツに上はタンクトップ(Tシャツ)、女子は水着または短パンに上はタンクトップ(Tシャツ)が望ましいとする。

●競技方法

ダブルイリミネーション方式。※ただし、決勝戦で敗者チームが勝った場合でも、再試合は行わない。

●試合形式

全試合ラリーポイント制21点先取。(ジュースなし)。

●コートの交代

両チームの合計得点が7点の倍数になる度にコートを交代する(7、14、21、28、35)。

●試合前

両チームのキャプテンは、記録席前にてトスを行なう。その後、サービス順を記録員に報告する。

●公式練習

両チーム合同での1分間の乱打(ラリー)とする。

●試合間

前の試合が終わってから10分後に次の試合のトスを行なう。

●タッチ・ネット

競技者がボールをプレーしようとしている時に、ネット全体およびアンテナに触れることは、反則となる。

●相手方コートへの侵入

相手方への妨害とならなければ、相手コートおよびフリーゾーンへ侵入してもよい(センターラインはない)。

●ブロック

ブロックの接触はそのチームの1回目のプレーとして数えられる。その後、さらに2回のプレーが許される。

●タイム・アウト

各チーム1セットにつき1回。ベンチに戻ってから30秒間とする。

●競技者の負傷

交代競技者がいる場合はただちに交代する。交代競技者がいない場合、3分間の回復のためのタイム・アウトが与えられる。それでも回復しない場合は、そのチームは棄権となる。

【 4人制ルール 】 ※以下以外のルールについては、インドア6人制競技規則を適用する。

●ネットの高さ

中学生男子の部は2.20m、中学生女子の部は2.10mとする。

●チーム

1チームは4人の競技者と最大2人の交代競技者の合計6人以内で構成される。監督を1名登録することができる。

●ポジション

フリーポジション制(ローテーションなし)。

●競技者の交代

- ①各チーム、1セットにつき最大限4回の競技者交代が認められる。
- ②試合開始時にコート上にいた競技者は、交代してコートから出ても1セットにつき1度だけコートに戻るこ
とができる。この時、先に交代した競技者とだけではなく誰とでも交代することができる。

【 2人制ルール 】 ※以下以外のルールについては、ビーチバレー2人制競技規則を適用する。

●ネットの高さ

男子の部は2.40m、女子の部は2.20mとする。

●チーム

1チームは2人の競技者構成される。※事前に登録すれば、1名の交代競技者を認めることとする。

●アタック・ヒットの反則

- ①ティップ・プレー(指の腹を使っての)でのアタック・ヒットは反則である。
- ②オーバー・ハンド・パスで、両肩に対し直角でない方向にアタック・ヒットを完了したとき。ただし、風によつてネットを越えた場合は例外とする。

●レシーブの反則

相手方からくる1回目のレシーブで、指の腹を使ってのプレーは反則である。ただし、強打されたスパイク・ボールをオーバー・ハンドでレシーブしても反則にはならない。