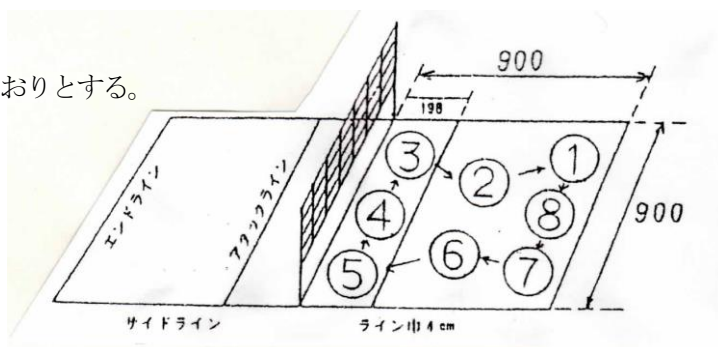


ひらつかトリムバレーボール競技規則

平塚市スポーツ推進委員協議会（令和4年5月改定版）

1 コート

- (1) コートの大きさ及び名称は図のとおりとする。
- (2) ネットの高さは210cmとする。



2 競技者

- (1) 1チームの登録は12人以内とする。
- (2) 1チームは8人とし、男性は4人まで、女性は6人までとする
- (3) コート内の40歳未満の男性は1人までとする。
- (4) 前衛3人、中衛2人、後衛3人のポジションに位置して、サービス権を得るごとに右回りで1つローテーションをする。
- (5) プレーヤーのチェンジはプレーがストップしているときであれば、どのプレーヤーともチェンジすることができる。ただし、1度退場したプレーヤーは、そのセットが終了するまで再びプレーに戻ることはできない。

3 競技の細則

- (1) サービスかレシーブ、またはコートのいずれを選択するときは「ジャンケン」によって決める。
- (2) 1セットの勝敗は、15点を先取した方を勝ちとし、3セットマッチを原則として行い、2セットの先取をもって勝ちとする。
- (3) 1セット中、双方が14点オールになった場合は2点差をつけて勝ちとする。
ただし、20点オールになった場合は21点を先取したチームを勝ちとする。
- (4) 得点はラリーポイント方式とする。
- (5) サーブは1本とする。（手、又は腕で打つこと。）
- (6) ジャンプしてスパイクを打てるのは、中衛の2人のみとし、タスキを必ず掛ける。
(ジャンプをしなければ、前衛、後衛ともにスパイクを打つことができるが、後衛がアタックラインを越えてスパイク及びブロックをすることはできない。)
- (7) レシーブ・パスは、ボールを相手方コートに返す前、味方チーム内で最大限3回プレーすることができる。ブロックをしてボールに触れたときは、その後から2回プレーできる。
- (8) サーブボールをアタック・ブロックしてはいけない。
(ジャンプしなくてもブロックと認められる行為は反則となる。)
- (9) アタックラインより前でジャンプしてアタック・ブロックをすると反則になる。
(アタックラインを踏んでアタック・ブロックをした場合も反則になる。)
- (10) プレー中はセンターラインを踏んではいけない。
(アタックが成功した後であっても、センターラインを踏んだ場合はアウトとする。)
- (11) 味方にトスするときにジャンプしたときはセーフとする。
(ネットプレーのみ同一人物が3回プレーできる。)
- (12) 1セット目終了後コートをチェンジし、3セット目はどちらかの得点が8点になったとき、コートをチェンジする。（2セット目終了後はコートチェンジしない。）
※プレー上の主な反則は、ラインクロス、ネットタッチ、オーバーネット、ドリブル、ホールディング、オーバータイムスとする。