

# 第42回上越市ファミリー綱引大会 レクリエーション競技実施要領

## 1 参加方法

申込用紙の所定の欄に○印を記入してください。綱引大会への参加1チーム当たり2チーム以内の参加とし、登録選手以外の起用や、同一地域から出場する複数チームによる混成も可とします。

## 2 実施時刻・会場

綱引大会の予選リーグと決勝トーナメントの間にインドアスタジアムで行います。

※放送の指示に従って、選手招集所に集合してください。

## 3 競技要領

- (1)選手は10人とし、構成は自由です。アンカーは赤いビブスを着用してください。選手は裸足・上履きどちらでも出場可能です。
- (2)進行の合図で一斉にスタートします。次の人への交代は、バトンパスで行います。
- (3)タイムレース決勝とし、アンカーがゴールした時点のタイムの速い順で順位を決めます。タイムが同じ場合は、代表者によるくじ引きで順位を決定します。

## 4 表彰

入賞は、1～6位とし、賞品を贈ります。

このほか、特別賞（当月賞11位、当日賞16位、ブービー賞）として賞品を贈ります。

## 5 ルール

- ① 投球ライン（下図参照）まで走り、ラダーゲッターのボールを取り、ボールをラダーに投げます。
- ② ラダーにボールがかかった場合（A）は、そのままスタート地点へ戻り、次の人へ交代します。  
ラダーにかからなかった場合（B）は、パイロンを回ってスタートラインへ戻り、次の人へ交代します。
- ③ バトンパスはスタートラインで行います。（次の選手がスタートラインを超えてバトンパスをすることはできません）
- ④ その後走る人は、スタンバイゾーンで座って待機します。走り終わった後は列の後ろについて座ります。

