

# 長井市民 なわとびチャレンジ大会を開催します

## ●いつ 令和6年1月21日(日)

午前 8時30分～ 受付 (9:10～競技説明)

午前10時10分～ 競技開始

<当日の持ちもの>

とびなわ、内履き、防寒具、  
タオル、飲み物  
ビニール袋(外履き用)等

## ●どこで 置賜生涯学習プラザ 体育館

●参加資格 市内に在住または通学・通勤している個人(小学生以上)もしくは市内各地域、職場、学校等で構成されたチーム ※チームメンバーも原則、市内に在住または通学・通勤されている方に限る。

## ●種目・区分 ◎個人の部(前とび) 前とびで飛んだ回数で勝負!!(2分間)

①小学1・2年の部 ②小学3・4年の部 ③小学5・6年の部 ④一般(中学生以上)の部



<競技方法>

- ① 前とびで飛んだ回数で順位を競います。制限時間2分間での回数です。
- ② 途中ミスしてもそのまま続けてください。
- ③ 時間をおいて、もう1回実施し、2回のうち記録の良い方が個人記録となります。
- ④ とびなわは主催者が用意したカウンター付きとびなわを使用します。

## ◎団体の部(大縄跳び) 跳躍人数×跳躍回数のポイント制

<競技方法> ※小学生から一般まで混合での出場可とし、部門はオープンとします。

- ① 跳躍人数×跳躍回数のポイント制で順位を競います。
- ② チーム編成は、コーチャー(指示役)1名、ターナー(縄回し役)2名、ジャンパー(跳ぶ人)5～20名です。コーチャーとジャンパーは兼ねることができます。
- ③ 競技方法は次のとおりとし競うものとします。
  - (1) 試技は3回とし、3回のうち最も良い記録で順位を決定します。
  - (2) 1回の試技時間は3分間とし、試技間の休憩は2分間とします。
  - (3) 試技開始の合図後、時間内であればいつ跳躍を始めても良いが、3分経過した時点で跳躍を止めます。
  - (4) 試技は、ミスした時点でその回の試技は終了とします。
  - (5) 1回の試技におけるジャンパーの最低人数は5人とします。



●表彰 各部門3位まで表彰します。

●その他 (1)開会式後、競技開始までの時間でプロ縄跳びプレイヤー・生山ヒジキ先生による演技となわとび教室を開催します。(ギネス世界記録を11種目更新し活躍している先生です。) ご自分のとびなわを準備してください。

(2)参加申し込み後の参加料は、中止となった場合でも返金は致しません。

(3)体調の優れない場合や風邪症状のある方は参加を控えてください。

●申込方法 参加申込書は長井市スポーツ協会(長井市置賜生涯学習プラザ内)に準備していますので、必要事項を記入のうえ、参加料(小・中学生100円、高校生以上200円)を添えて提出して下さい。

**令和6年1月12日(金)まで**にお申込みください。

(申込書は、長井花のまちスポーツクラブホームページからのダウンロードが可能です。)

<取扱時間> 長井市スポーツ協会 8:30～17:00(12/29～1/3年末年始閉庁)

長井市民なわとびチャレンジ大会事務局(長井市スポーツ協会内) ☎87-0187