

# キンボール

人数 4人対4人対4人

キンボール創案者のマリオ・ドゥマースは、専門のスポーツによって「生きる喜びなど感動の共有や協調性を高める」ことがこれからのスポーツの重要な使命であることに気付き、思考錯誤の上このキンボールを生みだしました。それは、1984年カナダケベック州でのことでした。同時にケベック州キンボール連盟が政府公認のもと設立されました。以来、カナダはもちろんアメリカでも多くの学校（5000校を超える）や地域で採用され、現在わが国やベルギー、フランス、ドイツなどのヨーロッパにも広がり250万人以上の人々が楽しむワールドゲームに発展してまいりました。



## ◎用具

- ・キンボール 1個
- ・ブロワ(空気入れ) 1個
- ・ゼッケン 12枚以上
- ・スコアボード 1個
- ・ストップウォッチ 1個

## ◎設定

コートの大さは15～21m×15～21mとする。境界線としてラインをひく。

## ◎ルール

- ・ピンク、ブラック、グレーの3チームで競う。
- ・あらかじめ各チームごとにチームカラーを示すゼッケンを着用しておく。
- ①各チームのキャプテンがじゃんけんをし、勝ったチームがヒット（サーブ）権を得る。
- ②試合の開始は審判の合図（笛）により開始とする。
- ③ヒットするチーム以外守備につく。コート中央で（ゲーム開始時・ピリオド開始時のみ）
- ④ヒットチームの3名以外の全員がボールを支え、残り1名がヒット（腰より上のみ使用可）する。この時コート内であればどこにヒットしても良い。
- ⑤ヒットはヒットチームの1名が、※必ず「オムニキン」と言い、続いて「レシーブチームの色」（自チーム以外のどちらか）をヒット前に大きな声でコールしてからヒットする。  
※必ずしもヒッターが言う必要はない。オムニキンと色は別々の人がコールしても良い。但しそのつど必ず1名のみとする。
- ⑥ヒットされたボールは指定された色のチームが床に落ちる前にレシーブ（全身使用可）する。
- ⑦レシーブした成功後、自チーム以外のどちらかに上記④、⑤と同様にヒットする。
- ⑧ヒット・レシーブに失敗すると、失敗したチーム以外の2チームに1点ずつが加算される。
- ⑨その後のゲーム再開は、レシーブの失敗や反則をしたチームがレシーブの失敗や反則を犯したところから（2.5mの範囲内で）ヒットして再開。

⑩ゲーム途中でもピリオド終了のタイムキーパーからの合図でピリオド終了。

⑪選手交代は何回でも自由にできる（ただし、ゲームの中断時に限る）。

第2ピリオド、第3ピリオドスタート時は前のピリオドまでで最も得点の低いチームが、ヒット権を得る。同点の場合はじゃんけんで決める。

## ◎その他反則

### <ヒット（サーブ）時>

- ・ヒットの瞬間、味方のメンバー全員ボールに触れていなければならない。
- ・1人のプレーヤーが続けて2回ヒットできない。
- ・ヒットは床と水平以上の角度で飛ばさなければならない。
- ・ボールの直径の1.5倍、1.8m以上飛ばさなければならない。
- ・レフリーにも聞こえない小さなコールの場合。
- ・コールなしのヒット、コールが完全に終了する前にヒットした場合。

### <レシーブ時>

- ・レシーブした後、ボールを持って走ることもチームメイトにパスすることもできるが、3人目がボールに触れたらその時点でボールに触れているプレーヤーとその後にボールに触れたプレーヤーは軸足を動かしてはならない。
- ・1人目がレシーブのためにボールに触れてから、10秒以内に3人目がボールに触れなければならない。（10秒ルール）
- ・レシーブするチームの3人目がボールに触れた後は、5秒以内にヒットしなければならない。
- ・ボールを両腕で抱え込んで持つてはならない。
- ・カバーの口の部分をつかんではいならない。
- ・レシーブの瞬間、コートの外に両足が出てはならない。

上記反則を犯した場合、他の2チームに1点が与えられる。

### <チームがアスリートらしくない行為をした時（故意に行う妨害、暴言、暴力など）>

- ・最初の警告の場合、他の2チームに1点が与えられる。
- ・個人的な警告を2回受けた場合、その個人は退場となる。交代選手を入れて続けるが、控えの選手がいなかった場合はその後2チームで行う。
- ・個人に対する警告も含めチームとして2回目から4回目の警告の場合、他の2チームに5点が与えられる。
- ・4回目の警告を受けた場合、チームが退場、2チームでゲームをする。

## ◎勝 敗

1ピリオドの競技時間※15分とし、休憩時間3分をはさみ3ピリオド行い、3ピリオドの総得点で競う。

※ただし、申し合わせ事項として、参加者の身体条件や年齢、経験の有無、1チームの登録人数が少ない場合などを考慮し各セットを自由に設定してよい。

日本では現状7分または10分1ピリオドの試合を3試合行なう場合が多い。