

新潟県バウンドテニス協会

Let's Play & Smile BOUND TENNIS NIIGATA

バウンドテニスは国民スポーツ大会（国体）公開競技に参加します！

バウンドテニスって？

バウンドテニスは、いつでも、どこでも、誰でもできる生涯スポーツです。しかも、健康のためのレクリエーションとしても、本格的な競技としても、家族や友人と楽しむコミュニケーションとしても楽しめる、魅力あふれるスポーツです。バウンドテニスはテニスとルール・技術・戦術・打球感などが極めて似ているので、手軽にその醍醐味を楽しむことができます。また、**バウンドテニスで身に付けた技術は十分テニスにも通用します**ので、ジュニアたちにはテニス部活動などへのリードアップスポーツとしても注目されています。

現在47都道府県に屋内スポーツとして普及しているバウンドテニスですが、国民スポーツ大会（2024年の佐賀大会）より、バウンドテニスは公開競技として参加することが決定いたしました。これによりさらなる普及の輪が広がっていくと共に、全国での新潟県勢の更なる活躍が期待されます。



ではバウンドテニスとテニスの違いは何なのでしょう？

バウンドテニス、テニスコート約1/6のスペースでできるので場所をとりません。体育館、コミュニティセンターなど、簡単に人工芝コート・ネットを設置することができます。特に新潟のように降雪のある地域では、天候に左右されない屋内スポーツとして、一年を通して気軽に楽しむことができます。小学生はもちろん還暦を迎えてからでも始められるスポーツで、すぐ楽しめるようになります。しかも技術的に非常に奥が深いので、飽きることなく上達を楽しめます。競技性を持ちあわせたシングルス、ダブルスに加え、レクリエーションとして多人数で楽しめるチーム対抗戦、BTラリー戦など複数の種目があります。新潟では、東京で行われる全国大会の出場枠を競う県選手権大会を筆頭に、甲信越ブロックの大会や各レベルに応じた大会も数多く開催され、県内外選手との交流を深めつつ、個々人の技術の向上と健康維持に役立っています。またバウンドテニスには、指導員・審判員、上級指導員・上級審判員、そしてコーチの資格制度があり、技術の向上に伴って各資格の取得に挑戦する「自己研鑽の楽しさ」もあります。自分のことができるようになったら、人のために「支えるスポーツ」も楽しめるように、幅広く考慮されているスポーツといえます。

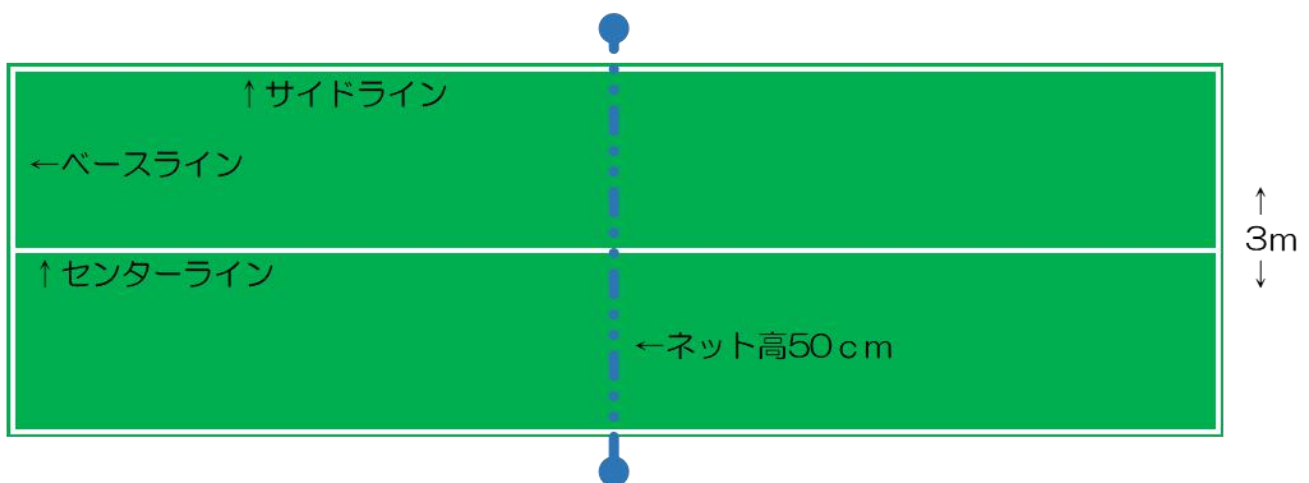
バウンドテニスの用具について

コートの大きさは巾3m、長さ10mの長方形で、裏面が滑り止め加工された人工芝でできています。ネットの高さおよびラケットの長さは約50cm、ボールは直径約6cmの柔らかいゴムボールを使用しますので、安全性にもしっかりと配慮されています。公認ラケットは、県・市協会を窓口にして約1万円程で購入でき、ストリングスはテニスで使用しているものを使います。近年ではコートの軽量化や新素材のラケットも開発・販売され、より自分にあったラケットを選択できるようになりました。

◎ボールの大きさ比較



◎コートの規格と名称



バウンドテニスのルールについて

- ① シングルス（2人）ダブルス（4人）BTラリー戦（6人）サバイバル戦（何人でも）といったように、多様なゲームが楽しめます。
- ② サービスは1球のみ、腰の高さより下で打つことが原則で、1ゲームごとに交互に行います。通常のシングルス、ダブルス戦では、1ポイント目は必ず右対角線から行います。
- ③ すべてのプレイヤーは、サーバーがサービスを打つまで、コート外（ベースラインより後ろ）で待機しなければなりません。
- ④ ボレーはサービスから数えて第4打目からできます。
- ⑤ チェンジコートは奇数ゲーム終了ごとに行います。
- ⑥ ダブルスは、必ずチーム2人が交互にボールを打たなければなりません。
- ⑦ BTラリー戦とは、6人が1チームとなり、左右のコート3人ずつに分かれて、決められた順番で時間内にどれだけ多くのラリーをできるかを競い合うゲームです。通常のゲームのように相手を倒すのではなく、お互いが相手に対して打ちやすい球を返すことが基本となります。
- ⑧ サバイバル戦とは、参加人数が左右のコート半分ずつに分かれて、1球ごとに次の人に入れ変わりながら順番にラリーをしていくゲームです。ミスをした人から抜けていき、最後までミスをしなかった人が勝ちとなります。



お知らせ

新潟市東総合スポーツセンターや北地区スポーツセンターでは、バウンドテニスの個人開放日を設定しており、バウンドテニス用具の無料貸し出しも行っておりますので、ぜひ気軽に問合せ・体験してみてください。また各地区の施設が運営するバウンドテニス教室（新潟市東総合、燕市体育館等）や、当普及委員会による体験教室（聖籠体育館：参加無料）も開催しておりますので、興味のある方はぜひご参加ください。



毎年開催される主な大会

○競技スポーツとしての選手権大会

- 全日本バウンドテニス選手権大会（東京体育館にて開催）
- 日本バウンドテニスゴールド大会（シニアチーム日本一決定戦）
- ブロックバウンドテニス選手権大会（全国9ブロック）
- ※新潟は北信越ブロック（新潟・長野・富山・石川・福井）として参加
- ブロックバウンドテニスジュニア選手権大会（小中学生）
- 各都道府県選手権大会

○生涯スポーツとしての親善交流大会

- ブロックバウンドテニス親善交流大会（全国9ブロック）
- 各都道府県親善交流大会

これまでの新潟県勢の主な活躍「頑張れ、新潟！」

○全日本バウンドテニス選手権大会（ベスト8まで記載）

第13回大会／1995年	男子シニアS	4位	神田昭栄
第14回大会／1996年	男子フリーS	4位	川島朝臣
第15回大会／1997年	男子シニアW	優勝	神田昭栄・石井正則
第16回大会／1998年	女子フリーW	準優勝	脇屋麻里・関根綾子
	女子ミドルW	4位	沢田紀子・鈴木たか子
第19回大会／2001年	男子フリーS	優勝	川島朝臣
	男子フリーS	3位	小林直樹
第22回大会／2004年	男子フリーS	優勝	小林洋之
	女子フリーS	3位	小林悠
	女子フリーW	準優勝	小林直樹・小林洋之
	女子フリーW	準優勝	加藤明子・本田恭子
第23回大会／2005年	女子フリーW	3位	加藤明子・本田恭子
第24回大会／2006年	女子フリーW	優勝	小林悠・本田恭子
第25回大会／2007年	女子フリーS	準優勝	小林悠
	女子フリーW	優勝	小林悠・本田恭子
第26回大会／2008年	女子フリーW	4位	小林悠・本田恭子
第27回大会／2009年	男子ミドルW	準優勝	金子吉之助・黒坂憲昭
第28回大会／2010年	男子シニアS	優勝	山崎千代子
第29回大会／2011年	男子フリーW	ベスト8	川島朝臣・吉越光彦
第30回大会／2012年	男子シニアS	4位	遠山恒夫
	女子ミドルW	4位	遠山ゆみ子・若穂田ヒサイ
	男子ミドルW	ベスト8	金子吉之助・黒坂憲昭
	男子シニアW	ベスト8	今井宏一・遠山恒夫
第31回大会／2013年	男子ミドルW	ベスト8	川島朝臣・吉越光彦
第32回大会／2014年	男子フリーW	4位	小林直樹・周防倫裕
第33回大会／2015年	男子シニアW	準優勝	金子吉之助・黒坂憲昭
第34回大会／2016年	女子シニアW	優勝	遠山ゆみ子・山崎千代子
	男子シニアW	ベスト8	金子吉之助・黒坂憲昭
第35回大会／2017年	女子シニアS	準優勝	遠山ゆみ子
第36回大会／2018年	女子ミドルS	4位	若穂田ヒサイ
	女子シニアS	ベスト8	遠山ゆみ子
	女子ミドルW	ベスト8	長野あけみ・森口礼子
	女子シニアW	3位	遠山ゆみ子・山崎千代子
第37回大会／2019年	女子シニアS	ベスト8	遠山ゆみ子
	男子ミドルW	ベスト8	川島朝臣・吉越光彦
第40回大会／2022年	女子シニアW	4位	遠山ゆみ子・山崎千代子
第41回大会／2023年	男子フリーW	ベスト8	周防倫裕・本保凌太郎

※S=シングルス W=ダブルス 「日本バウンドテニス協会」HPより

このようにバウンドテニスは、限られたスペースの中で多くの人が多様なゲームを楽しめるように考案され、日々の運動不足の解消や健康維持、そして各大会など通じて個人の技術の向上と、県内外地域との交流や仲間づくりにも役立っています。各体育館やスポーツ施設にて体験会や体験教室、個人解放日を利用した練習会など随時開催しておりますので、お気軽に参加してみてください。「新潟」だからこそその屋内スポーツとして、このバウンドテニスを積極的に取り入れてみてはいかがでしょうか。



バウンドテニスに関する情報やお問い合わせは
新潟県バウンドテニス協会 普及委員会

公式HP <https://niigatabtfukyu.jimdo.com/> （2023年度版リーフレット）