

1 1. ふらばーる

【特徴】

○ 2つのチームが一定のコート上でネット越しに変形ボール（ふらばーる）を打ち合う、バレーボール型のスポーツ。

○軽い変形ボールを使用するため、スピードが遅く、突き指の心配がないので、ボールに恐怖心を持つことがない。

○ボールの飛ぶ方向に意外性があり、予測がつきにくくゲームを面白くしてくれる。



【コート・人数】

○コート…バドミントンコート（ダブルス用）13.40m×6.10m
ネット高さ 1.55m

○人数…1チーム5名以上（コート内5名）のローテーション

【ルール】

○ 3セットマッチの21点先取。

○サーブの時は、サービスエリアがあるコート中央のサービスライン（0.5m）を踏み越してはならない。

○サーブはアンダーハンド打ち。

○サーブレシーブはボールが床に着く前にレシーブをし3回以内で返す。

○相手コートから返ったボールは必ずワンバウンド後にレシーブする。

○3回で返す時、必ず異なる人で相手コートに返さなければいけない。

○他はソフトバレーと同じルール。