

# ドッチビー



## 【あそび方】

ディスクドッチ	
人数	2チーム（1チーム13人以内）
時間	15分程度
場所	屋内・屋外（9m×18mの広さが必要）
ゲーム方法	ドッジボールとほぼ同様のルールで、相手チームの内野をすべて倒したチーム又は、制限時間の終了時に内野人数の多いチームの勝ちです。
ゴールドッチ	
人数	2チーム（1チーム5人程度）
時間	前後半20分以内
場所	屋内・屋外可（15m～25m）×（25m～45m）の広さが必要
ゲーム方法	味方同士でパスをつなぎ、相手ゴールにシュートします。ゴールに入れば1点獲得となります。制限時間終了時、得点の多いチームが勝つパスワークが重要なゲームです。安全性を確保するため、選手の接触は一切禁止されています。
ドッチディスタンス	
人数	個人
時間	60秒以内に1人3投
場所	風の影響を受けない場所
ゲーム方法	より遠くへディスクを飛ばす、単純明快な競技です。ディスクを飛ばすための基本要素と力を伝えるタイミングが大切です。決められた横幅の制限区域内で、規定枚数を投げ、一番遠くに飛んだ距離を計測します。

※ 詳しくは「日本ドッチビー協会HP」をご覧ください。