

【ニュースポーツ】



スカイクロス

① 競技の紹介及び説明

<スカイクロスとは・・・>

スカイクロスは、1997年に京都で誕生したニュースポーツの名称です。年齢に関係なく、高齢者も児童も障害者も一緒になってプレーできる安全性と、ゲーム感覚のおもしろさが特長です。

ボールを転がすスポーツとちがい、グラウンドの整地は必要ありません。少しの広場があれば、校庭や公園のほか、林間、草むら、丘陵、砂地、室内などどこでも手軽に楽しめます。

用具は、中央に輪投げ用の大きな穴が空いたリング状円盤(ディスク)1枚です。



【スカイクロスの標語 AGO「エージーオー」】
明るく(A), 元気に(G), 面白く(O)

<スカイクロスの由来と現状>

高齢化社会の到来です。中高年の人も子供達も、スポーツに縁のなかった人も、いっしょに楽しみながら体力づくりができるように、作られたのがニュースポーツ・スカイクロスです。

いまでは全国的に広まっていて、シルバークラブ、保育所、各種イベントのときなどに採用され、何時でも誰でも何処でも出来る手軽で安全なスポーツとして好評を博しています。

ゲーム性があるのが特長で、プレー中にも笑いとお話が絶えないので、ファミリー・スポーツとして、一家団らんにも役だてて欲しいと思います。





<使用する用具について>

1. リング (ディスク)

布製で直径30センチ、重さわずか50グラム弱のリング状ディスクです。そのうえに弾力性に富んでいるため、人に当たっても怪我をさせる心配はありません。空飛ぶ円盤のように40メートルも空中を滑走します。空を横切って飛ぶ美しい眺めはまた格別です。遠くまで飛ばそうとして、斜め上方向に投げると浮力がつき過ぎて失速します。投げ方の秘訣は回転させながら水平に投げ出すことです。



2. コーン (目標ポール)

各コースの最後に行く輪投げの目標になりますが、一般には高さ約30cmの円錐状のものを用品です。市販のカラーコーンも使えますが、携帯に不便という欠点があるので、当協会では写真のような風船式コーンを用意しました。中の空気を抜くとペシャンコになり、使用するまえに付属のポンプで空気を注入します。なお、これは倒しても自然に起きあがるダルマのような構造に作られています。重さは170グラムと軽量ですが、少々風で飛ばされることはありません。



4. スコアカード

競技大会において「ペア」単位で使用できるように、競技者4名分迄のスコアが記録可能なスコアカードです。競技大会以外に日頃の練習試合や月例会でもご使用ください。

スカイクロス スコアカード																									
日時		年 月 日												会場						記録者サイン					
コース	順位	上		下		点	上		下		点	上		下		点	上		下		点				
		回	数	回	数		回	数	回	数		回	数	回	数		回	数	回	数					
1																									
2																									
3																									
4																									
5																									
6																									
計																									

6コース分の結果を記録できます。コースごとに点数の計算を行ってください。通例ではコースあたりの標準的スコアは約3です。

$$\text{計算式：点数} = \text{投数} + \text{上になった回数} - \text{下になった回数}$$

＜リング（円盤）の上手な投げ方＞

リングの端をつまんで投げ出す瞬間に、スナップをきかせてリングを回転させながら投げます。真っ直ぐ上手に投げるためには、手を離すときに、リングを水平にするのがコツです。50mくらいは飛びます。



左右に傾けて投げると、フックしたり、スライスしたりしますから、巧くなるとコースに合わせて好きなように選ぶこともできます。



ディスクを投げ出した後の姿勢



<ユニークな規則>

スカイクロスにはいろいろな遊び方があります。
なかでも代表的なものがソフトゴルフ競技及びおっかけ競技の2種目です。
それぞれの競技規則と、ソフトゴルフ競技大会開催の要領をご紹介します。

1. ソフトゴルフ(旧ノルナー)競技規則

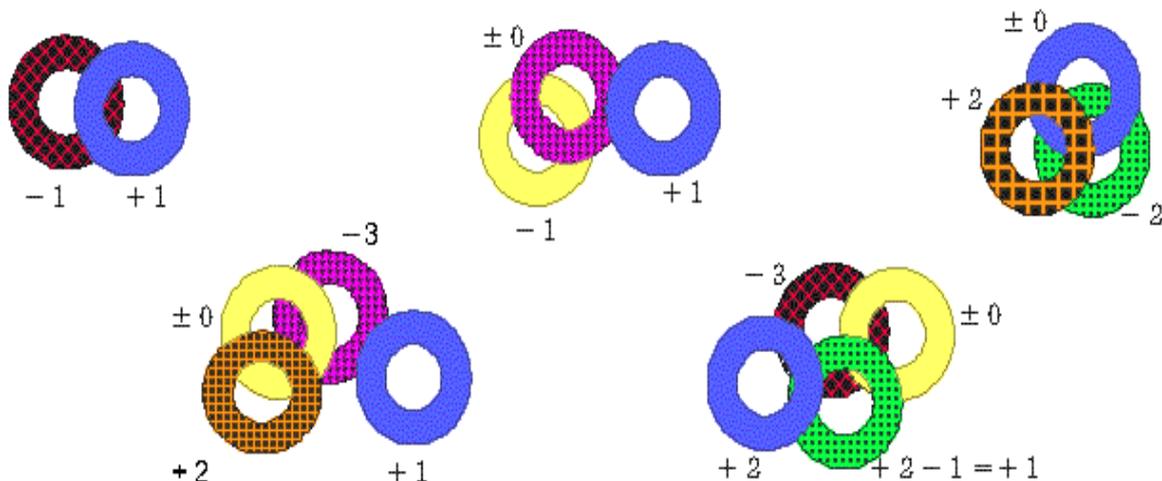
【基本の規則】

1. 通常は約10名～14名が1組となり、いくつかのコースを回ってスコアの少なさを競う。
2. 各自がスタートラインからリング(ディスク)を目標のコーンに向かって投げ、それぞれリング落下地点まで行って、更に第2投目を投げる。それをくり返しながら最後はリングをコーンに投げ入れて(輪投げ)、そのコースを終わる。
3. スタートラインから投げる順番は、直前のコースでのスコアが大きかった順とする。
4. 2投目からは、必ずコーン(目標)までの距離が遠い者から順に一人ずつ投げる。
5. 2投目以後に投げるときは、まずリングの後側に立ち、それ以上コーンに近づかないようにすること。
6. 次に投げる人より前方に出て、他の人が投げる行為を妨害してはならない。
7. 毎回自分の氏名と何投目かをコール(発声)してから投げる。これは各自のスコアの正確さを相互に確認し合うために必須のものとする。
8. 最終的に全コースのスコア合計が少ない人を勝者とする。
9. 輪投げ完了までに投げた回数から次に述べる規則によって修正した値をそのコースのスコアとする。

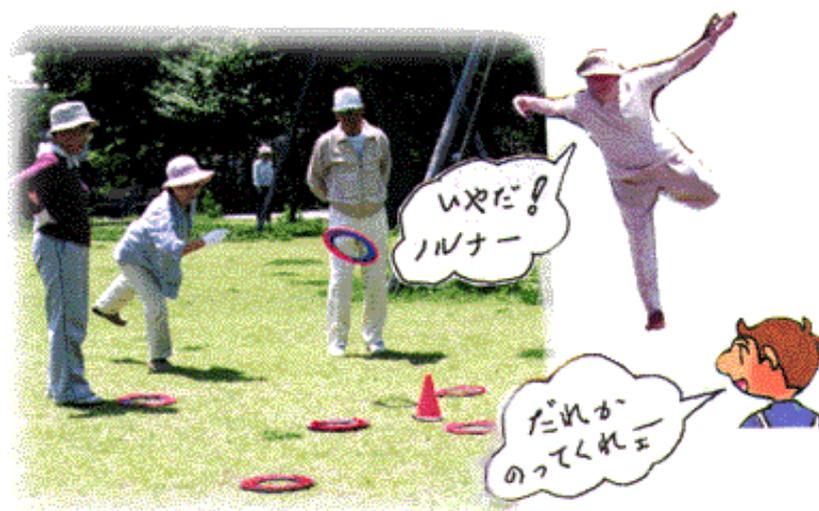
10. 【ノルナーの規則】

コースの途中において、何人かのリングが重なりあった場合、上になった人のスコアに1点(ペナルティとして1投分)を追加し、下になった人からはラッキー一点として1点を減らす。これはスカイクロス特有のルールであって、重なり方と加点または減点の数例を図によって示す。

『スコア修正の具体例』



11. 目標のコーンから2m以内、または予め線で明示された範囲内に入ったときには、投げたリングが地上に落ちるまで、身体の一部を地面に着けたり足を上げたりするのはルール違反とする。違反したときの罰点は 1点。
12. 木の枝などに引っかかった場合、目標コーンに近づかない近くの地点から続投する（罰点 1）。ただし、道具を使わずに手で落とせる状況なら地上に落として、その地点からさらに競技を続行できる（無罰）。
13. リングがコーンに支えられて斜めに立った形で止った場合は、地上に落ちる途中の状態と見なし、リング上縁を指で押してコーンから遠ざかる方向に倒す。地上に倒したときに誰かのリングに重なることがあっても、ノルナーの規則は適用されない。ただし、その後で誰かが更にその上に重ねた場合は、当然ノルナーの規則が適用される。
14. 投げたディスクが他の競技者の身体に触れて落ちた場合には、止まった地点までを1投と数え、再投はしない。
15. リングが重なっているかどうかの判定は、静止した状態を真上から見た平面図だけをもって行い、接触の有無は問わない。
16. あとから投げたリングが別のリングの下に潜って重なることもある。その場合においても、結果的に上か下かの関係だけで加点減点を実行する。
17. 競技の進行途中で、コーンの位置が意図的でなく自然に移動することがあっても、元の位置に戻すことはしない。
18. 重なって静止した時点で加点減点がきまり、その後何らかの理由で重なった状態が解消しても、点数の補正はそのままとする。
19. その他にもローカルルールを適宜定めることができる。
20. 上記のすべては個人戦の場合であるが、チームごとに競うこともできる。そのときのメンバーは4～5名で編成し、各チームとも上位4名のスコア合計をもってそのチームの最終スコアとする。



2. おっかけ(旧ノルゾー)競技規則

2～3名だけでも出来て、リングを投げる練習にもなる手軽な競技である。

1. まず誰かが(かりに「親」と呼んでおく)好きなところにリングを投げ、それを目標にして他の人(子)はリングを投げながら追いかける。
2. 「子」は3投目までに自分のリングを目標に重ねなければならない(部分的にでも可)。
3. 2投目までに重ねたら「子」の勝ち、3投目に重ねると両者引き分け、4投目以上になると「親」の勝ち「子」の負けとする。
4. 「親」が投げるのは1度だけ。子は必ず3回投げなければならない。
5. 実際には「子」全員が3回投げたところで勝敗は決まるため、つぎは別の人が親となって競技を続行する。
6. 親を追いかける途中、子と子の間にはノルナーの規則が適用される。
7. 親に重ねたリングはその場で取り去り、重ならなかったリングをその場に置いたまま誰かが乗ってくるのを待てば1点獲得の可能性は残っている。
8. たとえば親に3回目に重ねることができても、その脇にある「子」に重なったとすれば、親とは引き分けであっても、重ねた相手の「子」には1点を与えなければならない。
9. 競技を始める前に全員に特定のカードやおはじき、ゴムバンド等を同数配っておいて、勝、負またはペナルティの度に1個(1点)ずつ相手の人に手渡すようにする。
10. この競技では次のような便利さが特長である。
 - I. スコアカードを使わなくてもよい。
 - II. 最後に所持するカードを比較するだけであるから、成績の集計が簡単である。
 - III. 毎回好きなところを選んで投げていくために、ソフトゴルフ競技のようにコースが空くのを待つ必要がなくて、時間と場所を効率的に無駄なく使うことができる。
 - IV. あらかじめコーンを立てて準備したり、終わった後の回収作業などの手間も省ける。
 - V. 2人で散歩しながらでも行える手軽なゲームにもなる。

3. ソフトゴルフ競技大会開催の要領

1. 大要:

大会においては覇権を競うよりも親睦を第一に考えるべきである。企画するにあたっては、古い因習を守るだけでなく、新しいアイデアで「より一層楽しめる」ものにしてほしい。

2. 会場:

参加者の年齢や体力を考えて、安全をまず第一に考えるべきであるが、できるだけ自然のままの地形をうまく利用したレイアウトにすることが好ましい。林の中や遊園地などを利用するのも大いに結構ではないか。

3. コース:

コースの数は会場の広さにもよるが、最大10コースまでとする。各コースの長さは20～40mとし、途中を曲げたり障害物を設けるなどの変化をつけて、競技者の挑戦意欲を刺激する狙いがあってもよかろう。

4. 運用：

大会運営にあたっては、予め競技委員を委嘱して競技の進行やローカルルールの決定などを一任すればよいが、審判と記録をどうするかが一番重要な問題となる。

5. 審判：

競技の進行と判定を受け持つ審判係を別に設けることが困難なときも往々にしてある。そのときには参加者の中から選ばれた1人のリーダーが審判も兼ねながら競技しなければならない。審判にはリングを投げる人を順番に指名したり、重なったときの判定をしながら進行係をつとめる重責があるので、その人選には格別の注意を要する。

6. 記録：

上記審判のときと同様に、自らも競技しながら記録係を兼ねなければならないときがある。その場合には記録係自身も競技を楽しめるように、負担が過重にならないための配慮が必要で、その意味から1つの便法として次の方法を推奨したい。

1. 競技者3人ずつで「ペア」を組み、その内の1人に依頼して記録を任せる。
(スコア係)
2. 各コースで投げ終わると、審判のリードで出来るだけ速やかに次のコースのスタート位置に移動して、毎回そこで必ず「ペア・ミーティング」をもつ。
3. 「ペアミーティング」で3人全員が確認し、カードの記入に協力する。
4. カードへの記入事項は、各自が投げた回数、乗った回数、および乗られた回数である。
5. 審判は全員の記事が終わるのを見届けてから、次のコースに向ってスタートを指示する。
6. 試合終了後に各人の最終スコアをペアの3人で確認し合い、全員合意した上でカードを所定の場所に提出する。
7. 上記規則に沿わないペア又は個人は失格で、競技参加者として認めない。
8. 通例では1コースあたりの標準的スコアは約3となる。

付記：

1. スコア係には予めスコアカードと記入例をしめして依頼しておくことが好ましいが、具体的記入方法などはスコア係に一任するものとする。
2. スコア係を決めてペア単位で記録する理由は、競技者の中には記録するのが困難であったり苦手な人もあるし、さらに、3人以上で話し合うことは記録の公正さをお互いにチェックできるチャンスともなるからである。
なお、「ペア」には単位の意味もあって、人数は3名を原則とするが、場合によっては2～4名の幅を持たせてもよい。
3. スコアカードの様式は自由であるが、協会で作成したカードを参考にされたい。

7. 審査：

参加者全員の最終スコアの結果から成績順位が決まり、続いて成績発表と表彰が行われるのが通例である。参加者が多人数になるほど順位をきめる作業は手間取るので、それを短時間に処理するための準備は主催者の側において十分しておく必要がある。

8. 保険：

競技中の不慮の事故については、救急処置と保険に対する手続きを忘れないようにしなければならない。