

100万人ボレーボレー大会開催手順

テニスの日のメイン企画にみんなでチャレンジ！ 開催のご協力をお願いいたします。

レッスン開始時の説明

「今週、○曜日9月23日は、みなさん何の日か知っていますか？ そう『テニスの日』です。テニスの日の週は全国で一斉にボレーボレー大会があります。今日のレッスンでもチャレンジしてみますので、皆でがんばりましょう」

レッスン中での開催の時間帯

- ・レッスンの始めのウォーミングアップの代わりに実施
- ・レッスン中のラリー練習の一部に実施
- ・レッスン終了間際のクールダウンに実施



ボレーボレー実施ルール

【基本ルール】

ボレーボレーを行いミスなく10分間つながると達人、5分で5段、3分で3段の認定

【その他・オリジナルルール】

- ・時間を短くして行う(1分間から始めてみよう)
- ・短い時間の中で長くつながった回数をカウントしてペアで競う
- ・決まった回数をどのくらいの時間で出来るか競う
- ・ワンチャンスでフォアボレーとバックボレーを交互に20回打ちミスなく行うなど各スクールのオリジナルのルールを作って実施してください

レベル差や年齢差の対応

- ・初心者クラスなどレベルの低いクラスはボレーボレーの距離を短くする
- ・スポンジボールなどの柔らかいボールを使って易くする
- ・ジュニアクラスはラケットでボールを転がして続ける
- ・ラケットを使わずキャッチボールでおこなう

ボレーボレー開催セット

各スクールで開催しやすいようにホームページからダウンロードできる開催セットを作成しました。 ※セット内容(開催ポスター、認定書)

各スクールで実施しやすいルールやポスター作成なども大歓迎！是非、全国ボレーボレー大会イベントを開催して盛り上げてください

