

ポッチャのルール

- 1 コイントス、ジャンケン等で、勝ったチームが先攻か後攻かを選択します。
- 2 先攻のチームが、白色のジャックボールを投げます。
 - (1) ジャックボール無効エリア又はコート外へ出た場合は、相手チームに投げる権利が移ります。
 - (2) 相手チームも有効エリアに入らなかった場合は、再度、元のチームに投げる権利が戻ります。(以降、成立するまで繰り返します。)
 - (3) 試合中にジャックボールがエンドラインまたはサイドラインから外に出た場合は、コート中央のクロスの位置に置きます。(オンラインもアウトです。)
- 3 先攻のチームが続けて自分のカラーボールを投げます。
- 4 後攻のチームが自分のカラーボールを投げます。
- 5 ジャックボールから投げたボールが遠いチームが相手よりも近づくか、またはボールが無くなるまで投げます。
- 6 両チームが6球ずつ投げ終わったら、審判が得点を判定します。
 - (1) 双方のチームの最もジャックボールに近いボールの距離を測定し、その位置を特定します。
 - (2) ジャックボールにより近いボールを投げたチームにのみ得点が入ります。(全く同じ距離の場合は、両チームに得点が入ります。)
 - (3) 相手側のジャックボールに最も近いボールと、ジャックボールを結んだ線を半径として、ジャックボールを中心とした円を描き、その内側にあるボールの数が得点になります。(最大6点です。)
- 7 以上で第1エンドが終了です。
- 8 前のエンドで後攻だったチームが先攻となり、2～6を繰り返します。
- 9 チーム戦の場合、第6エンドが終了したら、その合計得点で勝敗を決めます。
- 10 合計得点が同じだった場合は、タイブレークを行います。

ポッチャの楽しみ方

○ジャックボール（目標球）と呼ばれる白いボールに、赤・青のそれぞれ6球ずつのボールを、いかに近づけるかを競うシンプルなルールです。

○ボールは投げて、転がしても、蹴ってもOKです。

○ポッチャはカーリングに似ていますが、最大の違いは、的となるジャックボールの位置を、選手が決められることです。

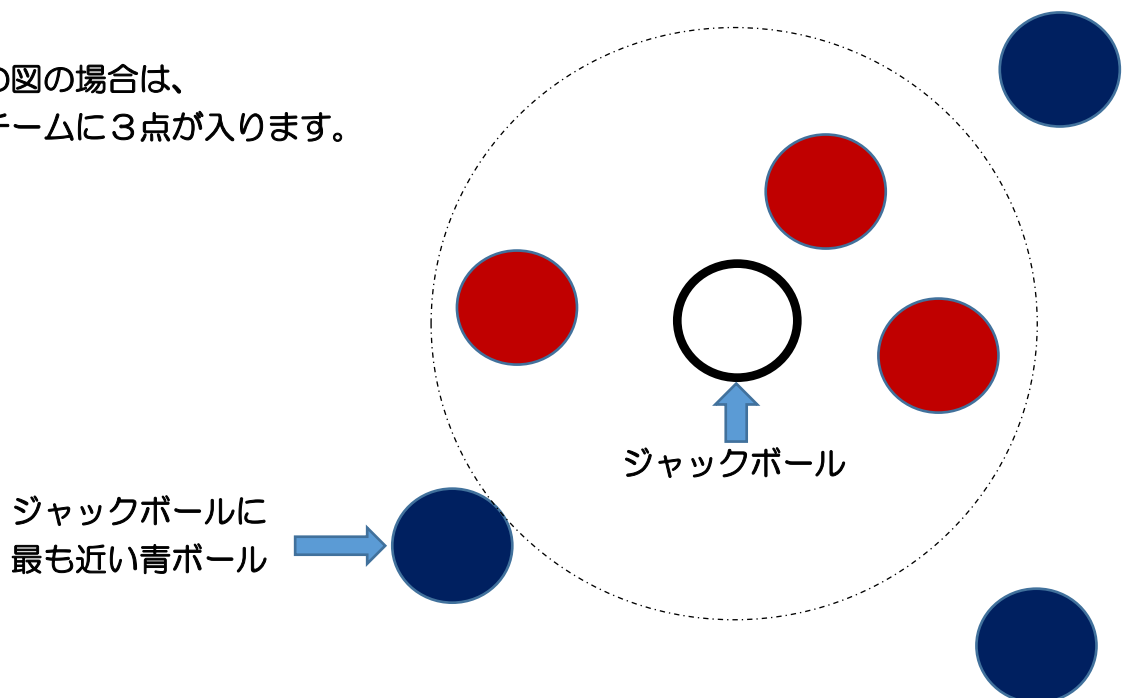
○先攻、後攻が1球ずつ自分のチームのボールを投げ、以後は、審判の判定により、ジャックボールから遠いチームがボールを投げます。
相手チームより遠い場合は、続けて投げます。（相手より遠ければ持ち球が無くなるまで投げます。交互に投げる訳ではありません。）

○自分のチームが不利な状況なら、ジャックボールにボールをぶつけて、自分のチームのボールに近づけることもできます。ここがカーリングと違うところです。

○コートの外にジャックボールをはじき出すとコートの中心にある「クロス」の位置にジャックボールが戻されます。クロス周辺に自分のチームのボールがあるなら、有効な投球になります。

【得点計算例】

この図の場合は、
赤チームに3点が入ります。



◎スギムライジングに挑戦！

パラリンピックで金メダルを獲得した杉村英孝選手が見せたすご技です。

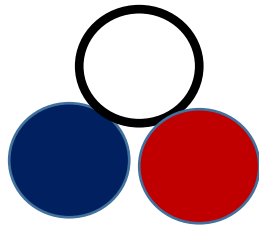
一般的には、ジャックボールに接しているボールが一番近いという判定になります。

(図1)

ところが、その接しているボールの上に乗せることで、よりジャックボールとの距離をより近づけることができます。

(図2)

(図1)



(図2)

