

# ペタンクをやってみよう!

ペタンク競技はフランスで生まれたボールスポーツです。

## 1 コートと用具

### 【コート】

公園や空き地などの地面で15m×4mのスペースでゲームをします。

### 【用具】

ボール金属製650～800g・ビュット(木製 直径3cm)・サークル



## 2 ルール

①じゃんけんなどで先攻を決め、サークルの中からビュットを6m～10m以内に投げます。



②先攻チームがビュットに向けてサークルの中からボールを投げます。



③後攻チームがビュットに近づけるように投げます。



④ビュットから遠いチームが相手より近くなるまで投げ続け、近づいたら交代します。遠いチームがボールを全て投げ終わったら、もう一方のチームが残りのボールを投げます。

⑤ビュットに近いチームに得点が入ります。相手より近いボールの数だけ、得点になります。

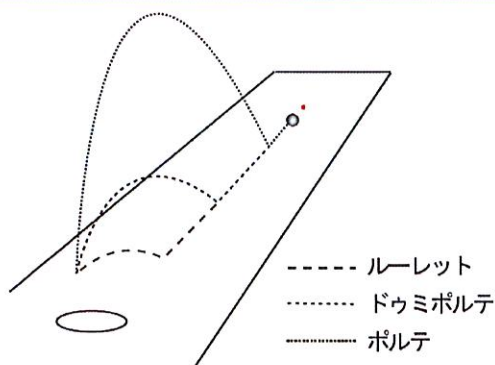


1対1、2対2は  
1人3球  
3対3は1人2球  
ずつなげるよ!



## 3 投げ方

手の甲を上にし、指をボールにそわせて軽く曲げて握る方法が一般的です。



### 【ルーレット】

転がして近づける

### 【ドゥミポルテ】

間に落として近づける

### 【ポルテ】

高く投げ上げて近づける