

第35回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭  
種目別大会実施要項

**モルック**

1. 期 日 令和7年11月16日(日) 受付 午前8時30分～  
開会式 午前9時00分
2. 会 場 駅前不動産スタジアム トレーニングルーム (鳥栖市京町812番地)

3. 参加人数・構成

監督	小学生以上	参加 チーム数	参加者 合計
	男女混合		
1名	2～4名	16チーム	32～64名

- (1) 監督は選手を兼ねることができる。但し、監督が選手として出場する場合は、選手名簿にも必ず氏名を記載すること。
- (2) チームに1名は大人(20歳以上)を入れること。小学生のみのチームは不可。
- (3) 参加チームは、各市町4チームとする。

4. 実施上の規則及び競技規則

- (1) 実施規則  
日本モルック協会の現行「モルックの基本ルール」を準用とする。  
一部ルールのみクロスロード版ローカルルールを採用する。
- (2) 競技方法
- ① 4チーム(4パート)によるリーグ戦を行う。
  - ② パートごとに2ゲームずつの総当たり戦を行う(3試合6ゲーム)。
  - ③ 1ゲームの制限時間は25分とする。
  - ④ 1ゲームは50点先取した方が勝ちとなる。制限時間内に終わらなかった場合、終了時点の総得点が多いチームが勝ちとなる。
  - ⑤ 1ゲームは、50点勝利で5点、点数勝利で3点、引き分けで1点、負けで0点とし、6ゲーム終了時点での勝ち点でリーグの順位を決める。  
順位付けの優先順は、勝ち点、勝利数、50点での勝利数、抽選とする。
  - ⑥ 登録選手は、特別な事情がない限り必ず競技に参加するものとする。
  - ⑦ 競技用具は、主催が準備したものを使用するものとする。

5. 表 彰

各リーグ上位1チームを表彰する。

6. 参加上の注意

- (1) ユニフォーム等の服装については、原則として定めない。
- (2) 背番号及び胸番号は、主催者が準備したものを着用すること。
- (3) 試合中は、審判の指示に従い、スムーズな進行に協力すること。

# クロスロード版モルック

## 1. 概要

モルックを投げて倒れたスキットルの内容によって得点が決まり、総得点が 50 点ちょうどになるように競う。

## 2. 要項

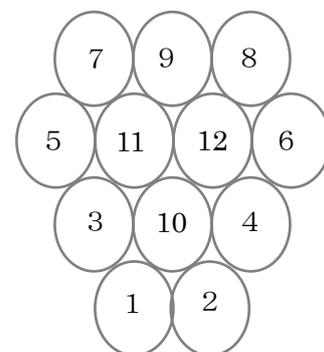
### (1) 基本ルール

縦 8×横 5m コートで行い、モルックの投擲地点にモルックカーリを置く。モルックカーリから 3.5 メートル離れたところにスキットルを右のように配置する。

1 本のスキットルが倒れれば、そのスキットルに書かれた数字が点数となり、複数本倒れれば倒れた本数が点数となる。

スキットルは倒れた地点にまた立てられる。(徐々に場所が変わる)

投擲時にモルックカーリに触れる・踏み越えると 0 点となり、その投擲では得点されない。



### (2) チーム

小学生以上の男女混合 2 名以上～ 4 名で構成する。

登録選手は、特別な事情がない限り必ず投擲順に加わること。

### (3) 投擲順

「ジャンケン」による勝者が先攻・後攻を決める。

チームの投擲順をきめ、先攻 1 番手→後攻 1 番手→先攻 2 番手→後攻 2 番手…の順で投擲していく。

### (4) 勝利条件

競技は、1 セット 50 点先取した方の勝ちとする。

総得点が 50 点を超えた場合、25 点に戻る。

### (5) 失格

4 回連続ミス (1 本もスキットルが倒せない) した場合は、その時点で失格となり敗北となる。※「モルックの基本ルール」は 3 回連続ミスで失格

### (6) その他

他の詳細ルールに関しては、「JMA モルックの基本ルール」に準ずるものとする。

# 第35回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭

## 種目別大会実施要項

### ラージボール卓球

1. 期 日 令和7年11月16日(日) 受付 午前8時30分  
開会式 午前9時00分

2. 会 場 基山町総合体育館(三養基郡基山町大字宮浦666番地)

#### 3. 参加人数・構成

監督	35才以上				参加 チーム数	参加者 合計
	男	女	ダブルス	交代員		
1	1	1	6	1	12	120

(1) 監督は選手を兼ねることができる。但し、監督が選手として出場する場合は、選手名簿にも必ず氏名を記載すること。

チーム編成は、男子1人、女子1人及びミックスダブルス選手6人とする。但し、ミックスダブルスについては、女子ペアでの参加を認める。

(2) 選手はシングルスとミックスダブルスに重複して出場できない。なお、重複して出場する場合、当該チームはオープン参加とする。また、交代員については性別を問わない。

(3) 参加チームは、各市町3チームとする。

#### 4. 実施上の規則及び競技規則

##### (1) 実施規則

日本卓球協会の現行「ラージボール卓球競技ルール」を準用する。

##### (2) 競技方法

① 4チーム(3パート)によるリーグ戦とする。

② 1マッチ3ゲームとし、2ゲーム先取した方を勝ちとする。

③ 1ゲームは、11点先取した方が勝ちとなる。

双方の得点が10対10になった場合は、2点差がつくまでゲームを行う。

④ 2人のシングルスと3組のミックスダブルスによる対抗戦とし、3勝しても最後まで行う。

⑤ 試合順は、ミックスダブルス→男子→ミックスダブルス→女子→ミックスダブルスとする。

⑥ 勝敗が同じになった場合の順位決定は、日本卓球協会の現行「ラージボール卓球競技ルール」を準用する

⑦ 記録は、2人1組(相互審判)で行う。

⑧ 各試合前に選手の変更を認める。

⑨ 試合球は主催者が準備した物(試合球はニッタク)を使用するものとする。

#### 5. 表彰

パート上位2位までを表彰する。

#### 6. 参加上の注意

(1) ユニフォーム等の服装については、原則として定めない。

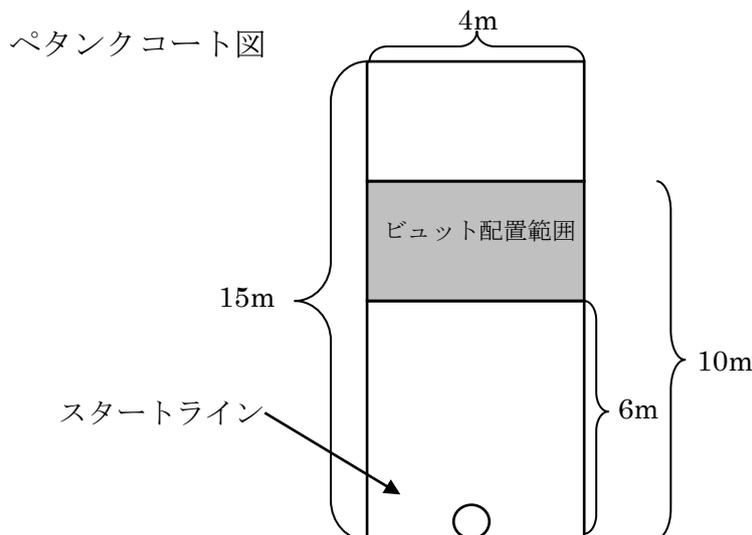
(2) ラケットは参加者が持参すること。

(3) 試合中は、審判の指示に従い、スムーズな進行に協力すること。

第35回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭  
種目別大会実施要項

**室内ペタンク（ニチレクボール）**

1. 期 日 令和7年11月9日（日） 受付 午前8時30分  
開会式 午前9時00分
2. 会 場 小郡市体育館（小郡市大板井279番地1）
3. 参加人数・構成
  - (1) チーム編成は、1チーム3人～6人までとする。（年齢性別は問わない）
  - (2) 参加チームは、各市町5チームとする。
  - (3) 監督は選手を兼ねることができる。但し、監督が選手として出場する場合は、選手名簿にも必ず氏名を記載すること。
  - (4) 本年度は障がいを持った方たちの参加を企画しコートを1面増設する。**
4. 実施上の規則及び競技規則
  - (1) 実施規則
    - ① 公益社団法人日本ペタンク・ブール協会の制定「ペタンク競技規則」を準用する。
    - ② コートは4m×15mとする。投球サークルは、コート内のスタートライン中央に接するように配置する。
    - ③ ビュットは、スタート地点のサークル内から6mから10mの範囲内に投げることとする。ただし、ビュットが6m以下または10m以上で止まったときは無効とし、相手チームが任意の箇所にビュットを置くこととする。
    - ④ ボールの投げ方は自由とする。
    - ⑤ 対戦方式は、3人对3人のトリプルス戦とし、1人の持ちボールは2個とする。
    - ⑥ 試合中の選手の交代は認めない。
  - (2) 競技方法
    - ① 試合は、5メース終了時の総得点で勝敗を決める。
    - ② 4チーム（5パート）によるリーグ戦を行う。**第6パートを新設する。**
    - ③ 各パートの順位は、勝率、得失点差、当該チームの対戦成績の順で決定する。
    - ④ 1セットの投球数は、1人2投とする。
5. 表 彰 パート上位2チームまでを表彰する。
6. 参加上の注意
  - (1) ユニフォーム等の服装については、原則として定めない。
  - (2) 試合中は、審判の指示に従い、スムーズな進行に協力すること。



第35回クロスロードスポーツ・レクリエーション祭  
種目別大会実施要項

**スポンジテニス**

1. 期 日 令和7年11月23日(日) 受付 午前8時30分  
開会式 午前9時00分
2. 会 場 久留米市みづま総合体育館(久留米市三潁町玉満2593-1)

3. 参加人数・構成

監督	男	女	交代員	参加 チーム数	参加者合計
1	2	2	2	16	112

- (1) 監督は選手を兼ねることができる。但し、監督が選手として出場する場合は、選手名簿にも必ず氏名を記載すること。
- (2) チーム編成は、1チーム4人～7人までとする。(年齢は問わない)
- (3) 参加チームは、各市町4チームとする。
- (4) 種目を2クラスとする。  
①オープンクラス(年齢無制限)  
②シニアクラス(60歳以上)  
\*各クラスの参加チーム数の上下限は設けない。  
例) A市→オープン1チーム、シニア3チーム OK  
B町→オープン4チーム、シニア0チーム OK  
(申し込み状況で偏りが著しい場合は、種目変更の依頼をすることがあります。)

4. 実施上の規則及び競技規則

- (1) 実施規則  
クロスロード版・スポンジテニスルールによる。
- (2) 競技方法(申し込み状況により変更になる可能性があります。)  
① 4チーム(4パート)によるリーグ戦を行う。  
② 試合出場はミックスダブルス(男女混合)もしくは女子ダブルスとする。  
③ 試合は1セット15点先取とし、2セット行う。
- (3) パートの順位の決定  
勝敗(○勝×敗△分)、セット数、得失点差、代表によるジャンケン1回の順で決定する。
- (4) 用具  
競技に使用するラケットの長さは「55cm」以下とする。

5. 表 彰 各パート上位2チームまでを表彰する。  
(申し込み状況により変更になる可能性があります。)

6. 参加上の注意

- (1) ユニフォーム等については原則として定めない。
- (2) 試合中は、審判の指示に従い、スムーズな進行に協力すること。
- (3) 試合球は直径 **7.8cm**(令和6年度大会は**9cm**)を使用します。事前に事務局で貸し出しをします。練習で必要な場合はお申し出ください。

## クロスロード版・スポンジテニスルール

- 用具：Jr用テニスラケット（長さ55cm以下）
- ボール：スポンジボール（直径7.8cmのボールを使用する）
- 服装：汗を吸収しやすいもの
- シューズ：室内用運動靴
- コート：バドミントンコート（ダブルスコート・13.4m×6.1m）
- ネット：バドミントンネット
- 高さ：バドミントンネット幅を参考に（床より80cm）

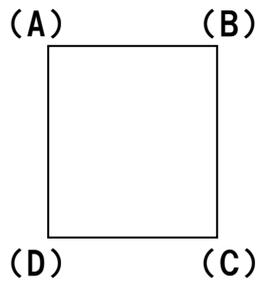
**持ち方・打ち方は基本的には自由** ※ただし、サーブはノーバウンドで行う  
[おもな打ち方]

- ・ワンバウンドで打つ = グランドストローク（フォアハンド・バックハンド）
- ・ノーバウンドで打つ = ボレー（フォアハンド・バックハンド）
- ・高いボールを打つ = スマッシュ
- ・ゲームのはじめ = サーブ（オーバーサーブ・アンダーサーブ）

### ルール（初級者用）

- ① サーブはコートの対角に入れる
- ② オーバーサーブ・横打ちはコートの後ろから、アンダーサーブは前（コート内ショートサーブライン手前以内）から、ショートサービスラインより後方に入れる。
- ③ サーブは右から1回、左から1回。それぞれ2度のチャンス（ファーストサーブ、セカンドサーブ）
- ④ サーブの順番はジャンケンで（AB対CDならば、A⇒C⇒B⇒Dとなります）別図参照
- ⑤ レシーブは必ずワンバウンドしてから打つ
- ⑥ レシーブは右側・左側を2人で決め、そのゲームの間交替は不可
- ⑦ 点数は15点先取制。1チーム2セット。
- ⑧ はじまりはジャンケンでサーブ・レシーブ・場所を選択する試合の方法
  - ア) リーグ戦（1パート4チーム・4パート）別表参照
  - イ) 各チームミックス（男女混合）2組つくる。
  - ウ) 勝敗の決定について
    - チーム同士の対戦では・・・1セット15点とし2セット行う。  
1セットずつ取り合った場合は引き分けとする。
    - リーグ内での対戦では・・・①勝敗（○勝×敗△分）②得セット数③得失点差  
④代表によるジャンケン1回

# ○ サーブの順番図



選手4名が始めにこの位置にいるとすると

