

JA1しあいルール

・JA1（レッドボール）のコート

テニスコートの約4分の1でジュニアネットを使用します。

○ルール

10ポイントとったほうが、かちです

1ポイントごとにサーブを交代にします。

（☆サーブは1回じめんに落としてからうってもok）

サーブの順番はじゃんけんで決めます。

サーブはネットからサービスラインのあいだに入れましょう。

サーブの後はネットからベースラインのあいだに入れましょう。

ボールが入ったか、入っていないか分からないときは相手のポイントにします。

ラインから出たら『アウト』のコールを大きい声で伝えましょう。

※サーブは1回はいらなかったとしても2回目も、うてます。

2回目もはいらなかったら、相手のポイントになります。

・サーブはベースラインからうって、 のエリアへ入れましょう

図2の黄色にボールが入らなかった場合、②の人は

【フォルト】と大きな声で相手に伝えましょう

2回目のサーブも黄色に入らなかった場合は、②の人は

【ダブルフォルト】ときこえるように伝えましょう

・サーブを打った後は赤のコートの中ならどこにうってもOK

図3を見てください。①番の人は、 の中にいれましょう。

②番の人は、図3  の中にいれましょう。

あかいろのコートをつかいます

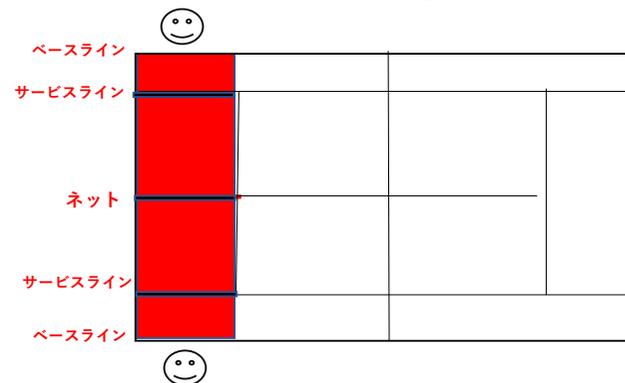


図1

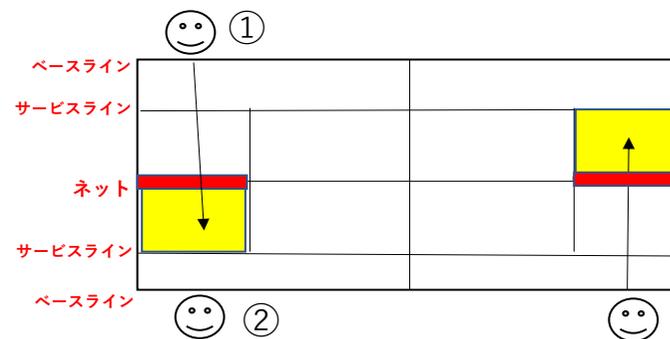


図2

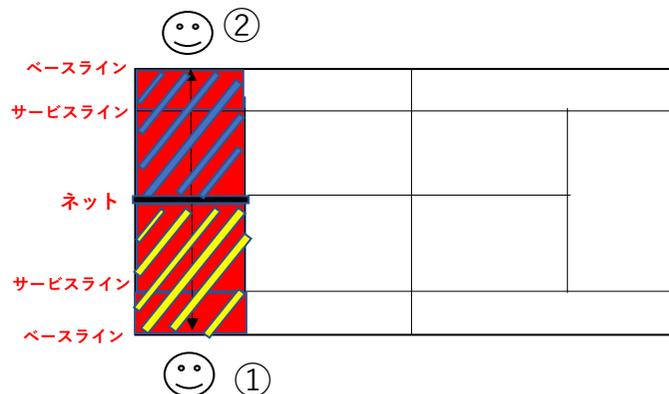


図3

JA2試合ルール

・JA2 (オレンジボール) のコート

テニスコートの約3分の2を使用します。

○ルール

10ポイント先取

2ポイントごとにサーブを交代 (サーブはノーバウンド)

サーブ権は、ラケットを回す人とラフ・スムーズを選ぶ人に分かります。

グリップエンドにマークが書いてあるので、見てみましょう。

(アップ・ダウンでも可)それが分からない場合上・下

サービスラインとベースラインの間から打ちます。

サーブは1回目を失敗しても2回目も打てます

2回目も失敗した場合は相手のポイントです

サーブは斜めのサービスラインより手前に打ちます

最初のサーブは【デュースサイド】(センターマーク右側)から打ちます図2の①のところ

その次のサーブは【アドバンテージサイド】(センターマーク左側)の所から打ちます(②のところ)

①の所を【デュースサイド】 ②の所を【アドバンテージサイド】という。

サーブを打った後はオレンジのコートの中であればどこにうってもOK

オレンジのコートを使います。

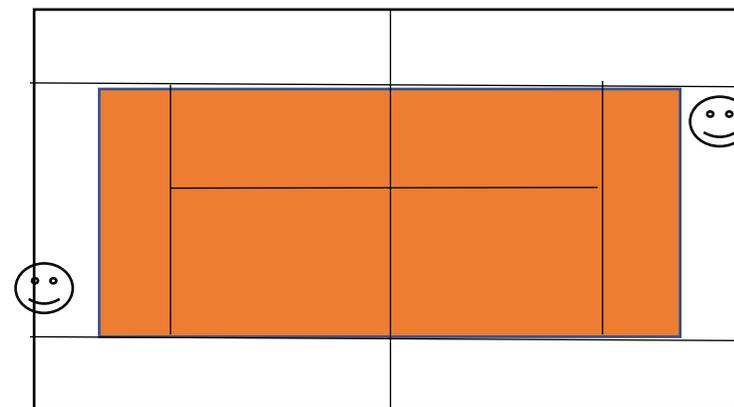


図1

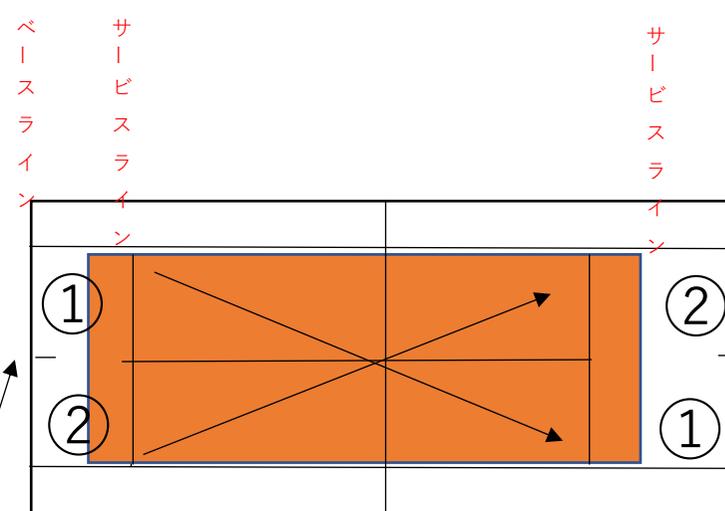


図2

※【センターマーク】

JA3 試合ルール

緑のコートを使います

・JA3 (グリーンボール) のコート

通常テニスコートを使用します。※シングルスボールを立てる

○ルール

3ゲーム先取 デュースなし

サーブ練習は最初の1試合目のみ4球

2試合目以降は練習サーブなしでスタート

練習サーブは4本打ちます。

デュースサイドから2本打ちます

アドバンテージサイドから2本打ちます

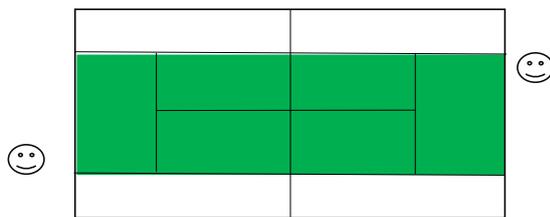


図1

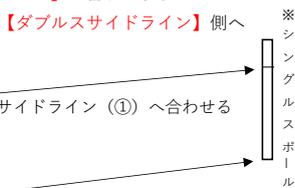
シングルスボールの立て方

シングルスボールの上の方にくぼみがあるので

それを【シングルスサイドライン】に合わせます

その時にくぼみがない方を【ダブルスサイドライン】側へ

ここにくぼみをシングルスサイドライン (①) へ合わせる



くぼみがない方をダブルスサイドライン (②) 側へ

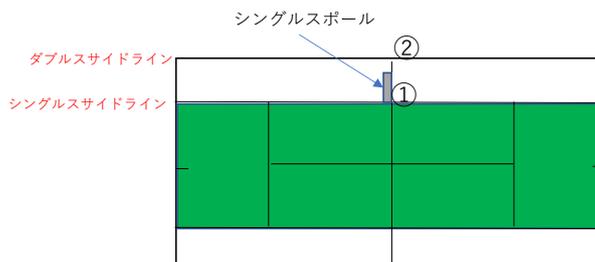


図2

図2の②側の端がずれないように上へ立てます。

シングルスボールの上の所にもくぼみがあるので図3のようにネットに挟む

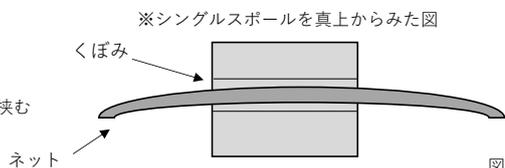


図3

チェンジコート

4ポイント取ると1ゲームが終わります。

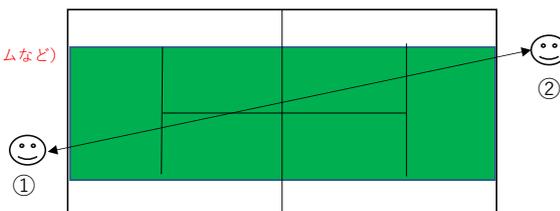
奇数ゲームが終わるとコートを変更します。 (1ゲーム・3ゲーム・5ゲームなど)

例 ①番がサーブを打って1ゲーム取りました。

奇数ゲームが終わったので、①番が②番の方へ行きます

逆に②は①へ行きます

これを奇数ゲームが終わるたびに繰り返します。



カウントの仕方

4ポイント取ると1ゲームが終わります

0ポイントの時 【ラブ】

1ポイント取ると15 【フィフティーン】

2ポイント取ると30 【サーティ】

3ポイント取ると40 【フォーティ】

4ポイント取ると1ゲームが終わります。

①番がサーブを打って1ポイント目を取りました。

数え方は①番は15 【フィフティーン】

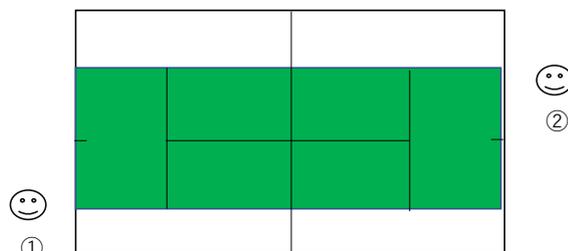
②番はポイントを持っていないので0 【ラブ】 といいます。

フィフティーン・ラブ

サーブを打つ人からポイントを数えます。①番の人が大きな声で【フィフティーン・ラブ】と伝えましょう。

ポイントを取るごとに【フィフティーン】・【サーティ】・【フォーティ】とコール

相手に聞こえるように伝えるようにしましょう。声に出す事が非常に重要になります。



試合は基本的に6ゲーム(1セット)で行います。

スクール生大会ではあまり6ゲーム (1セット) はしませんが、

ワンセット(6ゲーム) を行う時もあります。上記のポイントの数え方をしてください。