

すこやかインディアカ大会 in ここのえ

1. 会 場 九重文化センター 体育館(0973-76-3888)
 2. 日 時 令和8年5月10日(日) 9:00開会
 3. 参加人数 1チーム4名以上8名以内 コート内4名
(男女混合とします。できるだけ男女が偏らない編成が望ましいですが、男子のみ、女子のみのチームも可とします。)
 4. 参加対象 どなたでも(参加資格は問いません。)
 5. 競技方法 ①参加チームによる総あたり戦
②試合は21点1セットマッチ
③コートはバドミントンコート(ネット高 約2.00m)を使用
※参加チーム数によって対戦形式が変わる場合があります。
 6. 競技規則 日本インディアカ協会制定ルール適用
※ルールを基本としますが、大会趣旨に沿った運営を行います。
 7. 表 彰 1~3位までのチームを対象
 8. 参加申込 申込書(別紙)に必要事項を記入の上、以下の申込先に
郵送またはFAXでお申込ください。
また、二次元コードによる申し込みも可能です。
※参加予定の場合はあらかじめ社会教育課に連絡して頂けると幸いです
- (1) 申込先住所 〒879-4803 玖珠郡九重町大字後野上17-4
- (2) 主 管 団 体 九重町スポーツ推進委員協議会
(事務局 九重町教育委員会 社会教育課)
- (3) 電 話 番 号 0973-76-3888
- (4) F A X 番 号 0973-76-3877
- (5) メ ー ル syougaku@town.kokonoe.lg.jp
9. 申込締切 令和8年5月7日(水) 正午 必着
 10. 参加料 1チーム 500円(当日受付でお願いします。)
 11. その他 ◎ケガや事故等が発生した場合は応急処置の対応と、主管団体が加入する一日
保険の範囲で補償することとなります。
◎各自、体育館シューズと昼食をお持ちください。

「インディアカ」とは??

<インディアカの特徴>

「羽根付きボール」という特殊な用具を用いて、手で打ち合うバレーボールタイプのスポーツです。

4枚の大きな羽根がボールのスピードを緩和するため、性別、年齢、体力を問わず、だれでも容易にプレーできるスポーツです。

交流・楽しみのゲームから高度な競技にいたるまで、多様な楽しみ方ができるスポーツです。

相手との身体接触がなく、心身にゆとりが生まれ、比較的安全で男女混合にも無理がないスポーツです。

手で打ち合う動作は、全身運動であり、一汗かく運動です。スポーツを楽しみながら身体を鍛える効果も十分期待できるスポーツです。

リズムカルな動き、全身のバランス、すばやい反応が競技や練習を通して養われ、若々しい身体の動きが約束されるスポーツです。

(一般財団法人 日本インディアカ協会ホームページより引用)

