

綱引試合観戦をより楽しむために

綱引大会の試合観戦をする際に、ルールを知っておくとより楽しめます！

古河市綱引フェスティバル**選手権の部**では2016年の日本綱引連盟競技規則に則り大会を行います。

運動会などで行う綱引とはルールが大きく違いますので、簡単にご紹介いたします。

 選手8人+  交代要員2人+  監督・トレーナー (選手兼任OK) = 1チーム合計 **12人**

1チームの構成は、選手8人+交代要員2人+監督1人+トレーナー1人の計12人構成で競技にあたります。

監督、トレーナーは選手が兼任してもOKです。

 主審の合図に従って「プル」


“Pick up the Rope”(ピックアップ ザ ロープ)の合図で選手は綱を持ち、“Take the Strain”(テイク ザ ストレイン)で綱引の体勢に入り、“Steady”(ステディ)“Pull”(プル)で試合が始まります。

 オシリを床や地面につけたら**反則**

足以外の身体の部分が床と接触したり、床に座りこんだり、寝転んだりしたら反則。ストップしたままの状態でも綱を引き続けることも反則ですが、この場合、反則をした人は綱から一度手を離し、体勢を立て直してから競技に復帰することができます。

 ホットポジション・アンカー

チームの最後部に位置する選手はアンカーと呼ばれ、身体に綱を巻いたような持ち方をします。

 **4メートル引っぱった方が勝ち**

地面に引かれた3本の線は、真ん中を「センターライン」、その2メートル離れた位置に引かれた線を「2メートルライン」といいます。一方、綱にも3箇所の目印があり、センターマーク、2メートル離れた位置にホワイトマークがあります。2メートルラインとホワイトマークが重なる位置まで引くことで勝敗を競います。

綱引競技を実際にやってみよう！

古河市綱引フェスティバルでは**選手権の部**と**フレンドリーの部**を開催いたします。**フレンドリーの部**では、8人vs8人で制限なしで開催いたします。皆様の参加をお待ちしております。**フレンドリーの部**に参加するためには、下記の申込書に必要事項をご記入の上、FAXもしくは古河体育館、中央運動公園総合体育館、ふれあいスポーツセンターの窓口までお申込み下さい。

※参加者の体重制限、男女、年齢、登録選手数の制限はございません。

※フレンドリーの部については**参加費無料**となっております。

第1回古河市綱引フェスティバル フレンドリーの部 申込書

申込先 FAX 0280-92-8383 窓口 各体育館

チーム名 _____ 代表者 _____
代表者住所 _____ 代表者電話番号 _____ - _____

参加選手(お名前と性別、年齢をお願いいたします。)

1.	男・女	才	10.	男・女	才
2.	男・女	才	11.	男・女	才
3.	男・女	才	12.	男・女	才
4.	男・女	才	13.	男・女	才
5.	男・女	才	14.	男・女	才
6.	男・女	才	15.	男・女	才
7.	男・女	才	※9以降は交代要員の登録となります。		
8.	男・女	才	当日は、8時30分中央運動公園総合体育館集合。		
9.	男・女	才	組み合わせはフェスティバル当日発表いたします。		