



正三角形に並べた10本のピンをめがけてボールを転がし、ピンを倒すスポーツです。

難易度★ 人数:1人～



◎ 用具

- ◆ ピン・・・10本
- ◆ ボール・・・1個

◎ 場所

レーンの長さ：23.72m

レーンの幅：1.066m

※ レーンの長さは、参加する対象者により、適に決めると良い。

◎ 人数

1人～

ゲームの進め方

1. ピンに向かって、ボールを転がし、ピンを倒す。
2. 1ゲームは10フレームで、1フレームに2回投げることができる。
3. 倒れたピンの数で競う。

【得点】

- 1投目に10本倒した場合は、ストライクとして、10点に、続く2投球で倒したピンの本数を加算した点数がそのフレームの得点とする。
- 2投球で10本倒した場合は、スペアとして、10点に、続く1投球で倒したピンの本数を加算した点数がそのフレームの得点とする。
- 2投球で、10本倒れなかった場合は、その倒した本数がそのフレームの得点とする。
- 第10フレーム目は、ストライクかスペアが出た場合、3回投げることができ、3投球で倒したピンの本数を第10フレームの得点とする。
- 10フレームの得点の合計をそのゲームの得点とする。