リングテニス

リングテニスは、もともと船上で乗客が楽しむ「デッキゲーム」が起源で、バドミントンコートを利用して、ゴムで作られた輪をネットではさんで投げ合うゲーム

難易度★★★　人数:2人～

◎　用具

- ◆　リング・・・(ゴム製の柔らかい輪) リング全体の直径は１７ｃｍ、太さ３ｃｍ、重さ１８０ｇ。
- ◆　ネット・・・バドミントン用ネット。
- ◆　支柱・・・・バドミントン用の支柱。高さ１．５ｍ。

◎　**場所**

コートの広さは、幅５．４９ｍ、長さ１２．２ｍ（バドミントンのコートを利用してもよい。）

◎　**人数**

1対1（シングルス)、または2対2（ダブルス）で行う。

ゲームの進め方

1. ジャンケンをし、勝者がコートかサービスを選ぶか決める。
2. サーバーは、アンダースロー又はサイドスローで、相手側のレシーブコート（対角線側）へネットを越えるように投げる。
3. サーブは１回のみで、ネットインした場合は、もう１回やり直す。
4. レシーバーは、リングが床につく前に片手でキャッチし、返球はキャッチした後すぐに同じ手で、持ち替えず、そのままキャッチした地点で投げ返す。
5. サーブは、１ゲームが終了するまで同じ人が左右交互に行い。１ゲーム終了したらサーブを交替する。

【得点】

- プレーヤーがコート内にリングを落としたり、コート外に出てしまった場合は相手の得点となる。
- ４点先取で、デュースのときは、２点連続得点すると勝ちとする。

【反則】

- リングを両手でつかむ。
- 体にリングが触れる。

- リングを落とす。
- コート外に投げる。
- 打ち返す。
- リングを持って２歩以上歩く。
- 肩より肘を高くあげて投げる。