

ニュースポーツルール

名前

キックシャトル

特徴

頭・肩・胸・足などを使って、自由に遊ぶことのできるニュースポーツで、1人から複数人まで、人数に合わせて様々な遊び方のできるニュースポーツです。
中国では健球とよばれ、日本における羽根突きのような、歴史のあるスポーツです。

人数

1人以上

ルール

【1人ゲームの場合】

○足のつま先・内側・外側・足の裏等を使い、地面に落とさないように連続して頭上に蹴り上げます。地面に落とさずに何回蹴ることができたか記録をつけましょう。
この他にも、頭・肩・胸などを使い色々な「技」を磨くのもおすすめです。

【2人組ゲームの場合】

○適当な距離をおいて向かい合い、交互にキックシャトルを蹴ります。蹴りそこなって、下に落とすと負けです。特にコートは設定しません。

【多人数ゲームの場合】

○人数に合わせて、円陣を組み交互に蹴ってください。蹴りそこなって、下に落とすと負けです。