

# ミニテニス

## 特徴

ミニテニスは、高齢者やの健康増進とスポーツへの参加を促進するために、卓球・バドミントン・テニス・ビーチバレーボールなどミックスして東京都立川市で誕生したスポーツです。  
バドミントンコートを利用し、直径12~15cmのビニール製のボールを使います。  
ボールのスピードが遅く、回転などのボールの変化も緩やかなことから、誰でも簡単にラリーが楽しめます。

## コートの大きさや使用する道具

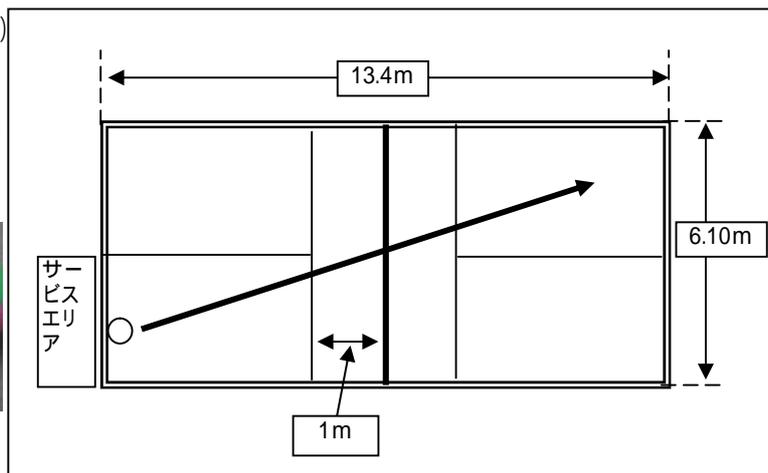
コート: 6.10m × 13.4m (バドミントン・ダブルス)

ボール: ビニール製

直径 10~15cm 重さ 50g以内  
1.5mの高さから落下したとき50cm  
程度弾むものがよい。

ラケット: ミニテニス専用ラケット

ネット: 高さ1m



## ルール・競技規則など

ミニテニスは、ダブルスで行う。

プレーヤーはすべて、ボールをワンバウンドの後、ツーバウンドする前に打たなければならない。

試合は、3セットマッチとし、先に2セットを先取したチームが勝利となる。

1セットは6ポイント先取とし、5対5となっても、6点目をとったチームがそのセットの勝利者となる。

サービスは、2回までとし、サービスエリアにおいて自分の足元にワンバウンドさせた後、ウエストより低い位置でボールを打たなければならない。

サービスは、対角線に打つこととし、右側のサービスエリアより、相手コートの右側エリアへ打つ。サーブレシーブ以降はどちらのプレーヤーが打ち返してもよい。その際も、必ずワンバウンドの後ツーバウンドまでに打ち返すものとする。

サービスを行う者は、ボールをトスするとき、手のひらを上に向けてボールを手から自然に話さなければならない。

詳しい内容を知りたい場合

広島ミニテニス協会 ホームページ: <http://hmt.chikorin.net/>