

## 卓球・ラージボール

岩手県立県北青少年の家



概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初心者や高齢者向けのラリーの長く続くピンポン競技。</li> <li>・ボールの直径4.4cm、ネットの高さ17.25cm。</li> <li>・スマッシュが緩く、サーブ変化が少ないのでラリーが続く。</li> </ul>
場所	プレイホール、スポーツホール
所要時間	設定なし
準備	卓球台、ラージボール用ネットとサポート、ラージボール、ラケット
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1マッチー3ゲーム。2ゲームを先取した者または組の勝ち。</li> <li>・1ゲームは9点先取した者または組の勝ち。</li> <li>・サーブは2本交代。</li> </ul>
備考	休憩時間の利用も可。

※用具の取り扱いと事故防止には十分注意すること。