

〈FRESCOBALL JAPAN TOUR ルールブック〉

2026 年 10 月 29 日改訂

JFBA 一般社団法人日本フレスコボール協会
Japan Frescoball Association

①基本ルール

・選手間の距離

選手同士は7m以上離れて競技を行います。

ラインテープの両端で7mとなります。(下画像参照)

ラインテープを踏む、足が潜り込んだ状態を継続してプレイすることは

7m未満で連続して競技を続けているとみなし審判より注意アナウンスを行います。

2回目の注意アナウンスが発生毎に、30ptの減点となります。

例:3回目の注意アナウンス＝60pt減点



・競技時間

5分間のランニングタイムで行います。

・試合前のウォーミングアップ

試合前に、1分間のウォーミングアップを行います。

・試合中の休憩

試合中に1回のみ、落球が発生したタイミングで任意に1分間の休憩を取ることができます。

休憩中は競技時間の計測を止めます。

休憩中に、審判に対しペアそれぞれのアタック回数の確認を行うことができます。

その他項目の確認をすることはできません。

・競技の開始と終了

競技開始：審判がスタート音を流し、スタート音終了後から競技開始とします。

競技開始タイミングはバモスの「バ」が発声された時点からを競技の開始、各種カウントを有効といたします。

競技終了：5分経過後、審判から終了の合図を出した時点で競技終了とします。

・落球の判断

①ボールが地面に着いたとき

②ボールが選手、観客、審判の身体に触れたとき

③ボールが障害物（テント、ネット、椅子等の設営物）に触れたとき

上記に該当しながらもラリーが継続された場合は落球をカウントし、ラリーの中止を求めない可能性があります。



・使用ボール

日本フレスコボール協会公式ストアにて販売しているJFBA大会公式フレスコボール専用ボールを使用します。

https://store.frescoball.org/items/3318434

・競技中のボール保持

競技開始時、ラリーに使用するボール1球以外にプレイヤーがボールを保持することを禁止します。

また競技に使用するボールはボーラーから配給されたもののみといたします。

落球してコートに落ちているボールをプレイヤーが拾って使用することは認めません。

ボーラーからの配給時に取り損ねたボールを拾う行為のみ認めます。

・ボーラー（競技中にボールの配給、回収をする役）

原則、出場ペアが任意のボーラー1名を事前に指定します。

どうしてもボーラーを事前に決めることができなかった場合のみ、JFBAへ事前申告しJFBAが斡旋をいたします。

・ボーラーの位置

ボーラーの位置は審判の視認性確保の観点から、審判団と向かい合った位置を指定します。

出場選手のどちら側から配給を行うかは任意で構いません。

・服装

指定する条件はありません。

・表彰

男子カテゴリ：上位3組

女子カテゴリ：上位3組

ミックスカテゴリ：上位3組

ファッション賞：1組

ベストラリー賞：1組

上記を基本として、大会によってその他の特別賞を設ける可能性があります。

▼試合環境に関する異議申し立て
コートの視認性その他の試合環境について異議を申し立てる場合は、1分間練習終了後から試合開始前までに、審判本部へ申し立てるものとします。
試合開始後は、原則として試合環境に関する異議申し立ては受け付けません。
ただし、試合開始後に新たに発生した事象であり、競技の公平性に重大な影響を及ぼしたと審判本部が判断した場合に限り、
異議申し立てを受け付けます。選手が異議申し立てを行う場合は、当該事象の発生後速やかにプレーを中断し、審判本部へ申し立てるものとします。
異議申し立てを受けた場合は、審判本部がその内容を審査します。異議申し立てに妥当性があると認めたときは、試合環境の改善その他必要な措置を
講じた上で試合を開始もしくは再開します。なお、競技の公平性が著しく損なわれたと審判本部が判断した場合に限り、再試合を実施することがあります。
異議申し立てに妥当性がないと判断した場合は、そのまま試合を開始もしくは継続します。

②採点ルール

ペアの得点は、以下の項目の合算で算出いたします。

・総打数点

ラケットにボールが当たった数から落球数を差し引いた数の得点

1打＝1pt

1落球＝-1pt

の合算

※同一人物が1人で連続して2回以上ラケットに当てた場合は、1回目のみカウントします。

・落球点

ボールを落とした回数を参照し加算される得点（最大300pt）

※加算される得点は右表を参照。

※落球回数が30回に到達した時点で、競技時間の経過にかかわらず競技を強制終了とします。

落球	
落球回数	得点
0	300
1	290
2	280
3	270
4	260
5	250
6	240
7	230
8	220
9	210
10	200
11	190
12	180
13	170
14	160
15	150
16	140
17	130
18	120
19	110
20	100
21	90
22	80
23	70
24	60
25	50
26	40
27	30
28	20
29	10
30	0

・アタック

ラリーの強弱、フォームによっていずれかがディフェンスと判断できるラリーをペア間で相対的に判断し加点。

1打＝2点

①腕を振り抜き、しっかりとフォロースルーがある打球

②打ち返した打球が、前の打球よりも速度のある打球

上記を満たす打球をアタックと定義します。

※上記条件を満たせば、フォアハンド・バックハンド問わずアタックとしてカウントします。

※上記定義に従い、アタックをアタックで返す＝2球連続でアタックとして判断されるということは無いものとします。

・アタックバランスポイント

ペア両者の各アタック回数と、ペア間のアタック回数の差をもとに、以下の式で算出したポイントを加点します。

計算式：(少ない方のアタック数 ÷ 多い方のアタック数)×(ペアの総アタック数 ÷ 2)

※少数点は切り捨てます。

(例)
選手Aのアタック数：50

選手Bのアタック数：100

(50 ÷ 100)×(150 ÷ 2)＝37.5

少数点を切り捨て、37点が加点されます。

・アタックボーナス

ペアの総アタック数が200を超えていた場合、201打以降のアタック数に対して従量加算される得点

総アタック数に応じて以下の通りに加算ptが変動します。

算出方法

総アタック数201～230

→201打目含むアタック数1×1pt

総アタック数231～

→231打目含むアタック数1×2pt

例

A×Bペアの総アタック数＝251

201～230＝30pt

231～251＝42pt

計：72pt　加算

③エントリールール

大会エントリー時の追加項目

2022年度より2つの年齢レンジ表記を設けています。

これは大会順位･年間ランキング･日本代表選考に影響があるものでは無く、

幅広い年齢層が同じ大会で同じ土俵で競技できるフレスコボールだからこそ、

年齢レンジ内での活躍や参加状況を可視化することを目的とした要素です。

年齢レンジ以外に実年齢を公開することはございません。

年齢レンジ区分け

①ユース

～18歳

②シニア

50歳～

出場タイムテーブル、大会結果、年間ランキング表に記載いたします。

シーズン終了後に、年齢レンジ区分け別のランキングを発表いたします。