

新しい おもしろスポーツ

フィットネスクラブウイング×吉本興業
×日本レクリエーション協会

スポーツ テンカ!

吉本興業
ワッキーさんやガリットチュウさんが
会場にくるよ!!



スポーツテンカ体験会・大会の開催

「スポーツテンカ（天下）」は、昔あそび（テンカボール）をヒントに、日本レクリエーション協会と吉本興業が共同で開発したニュースポーツです。2人での対戦で、相手が投げたボールをキャッチする技により勝てるチャンスが高くなります。簡単なルールで全身運動ができ、子どもから大人まで楽しめるスポーツです。今回は、この新しいおもしろスポーツ「スポーツテンカ」の子ども向け体験会・大会を開催します。

★★スペシャルゲスト★★

今回の子どもの体験会では、スポーツテンカのプロデューサー吉本興業のワッキーさんガリットチュウさんの指導もあるよ。

- 主 催：フィットネスクラブウイング
- 共 催：日本レクリエーション協会 吉本興業
- 開催日：9月23日（土）
14時00分～16時30分（入場 13時30分～）
- 開催場所：八戸市南部山健康運動公園（体育館）
八戸市河原木蝦夷館3-6
TEL 0178-20-5403
- 参加費：1,080円（税込）
- 定 員：100名（定員になりしだい終了）
- 参加対象 小学生1年生～3年生

詳しくは→ <http://sportstenka.com/>



■申し込み方法 氏名、住所、連絡先等をご記入いただきお申込みください

氏名	ふりがな	性別	生年月日	学年
住所(非会員の方)		電話番号	領収印	受付番号

お問い合わせ・お申込み フィットネスクラブウイング八戸店・十和田店・五所川原・三沢店・弘前店・青森店

スポーツテンカ! ルール

試合前に

握手をして
「よろしくおねがいます」
と元気よくあいさつをする。

ジャンケンで攻守をきめる。



位置について自分の立ち位置をきめる
※ここからは基本的に足をうごかしてはなりません!
両手を広げてキャッチできる範囲を示す。



審判の
「テンカ開始!」
のコールで
試合開始

1. 両手で下からなげる



2. 相手がボールをとれなかったら1ポイント

3. とれるかとれないか微妙な投球は「ビミョー」と
審判が申告し、もう1度なげる

4. ポイントをとった方がなげる

5. 先に5ポイントとった方が勝ち

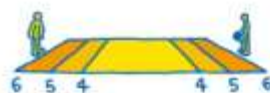


試合終了

握手をして
「ありがとうございました」
と元気よくあいさつをする。

コート

1~3年生は4m、
4~6年生は5m、
大人は6m。



ペナルティ

ペナルティはすべて相手に1ポイントが入る

- ✕ 足がうごいてしまった場合
- ✕ スーパー or レジェンドキャッチに失敗した場合
- ✕ キャッチできる範囲の外にながしてしまった場合 or 相手に届かなかった場合
- ✕ 必殺キャッチで相手に近づいたとき、首から上にながしてしまった場合

みんなでめざそう!

必殺キャッチ

みんなの技も募集中!

1歩前にでて投球できる

体につけての **かたてキャッチ**



2歩前にでて投球できる

クロスキャッチ, かたてキャッチ



1歩 or 2歩前にでて投球し、
相手にキャッチされた
場合はすぐにもどる。

**スーパー
キャッチ**
2ポイント



ポンポンクロス

右手→左手(逆でも可)と
ボールをはじき(ポンポン)、
最後にクロスキャッチする技



カニバサミ

両足でボールをはさみ
キャッチする技

チャレンジするもの
だけが伝説になれる!
**レジェンド
キャッチ**
(一発で勝ち)



両足をひらき、
両足のうしろから
両手をまわした
状態でキャッチ
する技



イーグルキャッチ

ポンまたはポンポン
とボールをはじき、
首のうしろで
ボールをとめる技
※ポンポンは
1~2回以内で行う

背中、腰の
あたりに両手を
まわしボールを
キャッチする技

ボール

公式ボール
1,890円(税込)
のよいところ

- ①対象に合わせてボールサイズの調整ができる!(直径68~70cm)
- ②オリジナルの3Dブロック模様によりボールがキャッチしやすい
- ③安全に配慮しソフトゴム採用で突き指しにくく、子どもにも安全!

注文・販売

公益財団法人日本レクリエーション協会 サービスセンター
TEL:03-3265-1335 FAX:0120-0874-09
info@shop.recreation.jp SHOP▶<http://shop.recreation.jp/>

このスポーツテンカは、仙台大学
とともに効果把握を行っておりま
す。思考力(戦略・戦術)、判断力、
集中力、巧緻性、敏捷性、全身運動
による身体機能の維持
・増進、などが期待でき
ると考えております。 仙台大学

