

ストラックアウト&ディスクゲッター

ボールをパネルに向かって投げて、パネルを抜いていくゲームです。状況に応じて、様々なルールで行うことができます。テレビ番組の中で人気が出て広まりました。
ボールのかわりにフライングディスクを使っても楽しめます。

用具

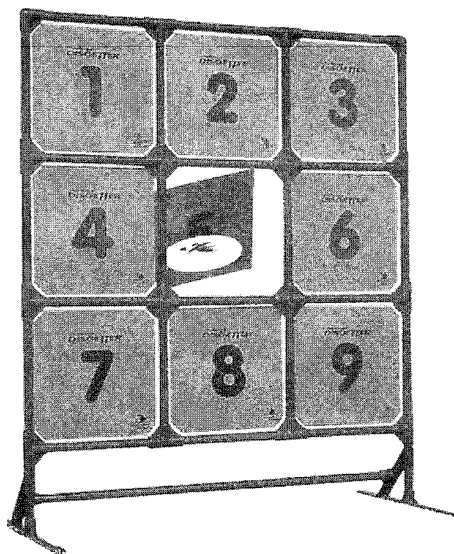
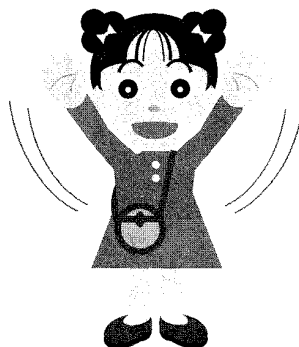
- ☆ストラックアウトセット（ディスクゲッター）
- ☆ボール（またはフライングディスク）

人数

- ☆個人対抗
- ☆チーム対抗も可

場所（コート）

- ☆5m×10m程度のスペースで屋内外どちらでも可



運動量	★★
技能	★★★
準備	★★

ルール（進め方）

☆所定の位置から9分割の的を目掛けてボールを投げ、何枚抜けるかを競う。

☆持ち球は1人12球とし、残りの的よりボールの方が少なくなった時点で終了とする。

状況に応じて、

- 1人の持ち球を3球にする。
- 的までの距離を短くする。
- ボールはソフトテニスボール、テニスボール、ユニホックボールのほか、フライングディスクなどを使う。などのバリエーションが考えられる。

☆得点

ボードに書かれた数字の合計を得点とする。縦、横、ななめに射抜いた時は1列につき10点など、とボーナスを加えてもよい。

【2チーム対抗戦】

- ① 2チームに分かれ、1人1球ずつ順番に投げ、先に9枚抜きしたチームの勝ち（2セット必要）
- ② 同数のボールを持ち、射抜いたボードの点数を合計して競ってもよい。

いろいろなバリエーション

ボールのかわりにフライングディスクを使用すると「ディスクゲッター」というニュースポーツになります。

