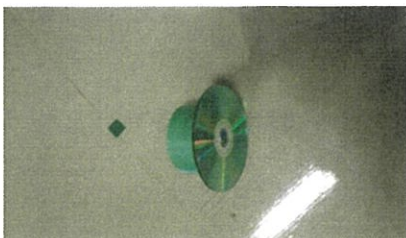


右写真のように赤・白・青・黄
 4色5個のストーンにより試合
 を開始する

下の写真は、レク式体力チェ
 ックの種目ストーンとして実
 施の用具



アタック・ファイブ

アタック・ファイブは、円盤（CD）に持ち手を接着したストーンを、コート前方の得点ゾーンに滑らせて投入し、得点を競うカーリングをモデルにした新しいスポーツです。室内で8m四方のスペースがあればコートを設置でき、どなたでも楽しむことができます。

● 用具及びコート

1 用具

- ・ストーン：円盤（赤・白・青・黄の4色）各5個（CD版製）重量1個約100g±10gです。持ち手は、ガムテープの残芯等を活用しています。
- ・レーン：2方向のみでも可能ですが、4方向がベストです。

2 コート：7mですので、8m四方のスペースであればどこでも設置できます。

別紙

● 人数と持ちストーンの数

競技者は、1チーム2名～5名、4チーム（2・3チームでも可）で競技します。

4チーム対抗の競技では、8名から20名までプレーが可能です。

ストーンは、1チーム1色とし、5個のストーンを使用します。

● ゲームの進め方

- 1 5個のストーンを各チーム1人の競技者が1個ずつ、時計回りに順番に中央の得点ゾーンに向かって滑らせて投入します。すべてのストーンの投入を終えたら得点を計算し1回戦を終えます。
- 2 1度投入したストーンは、最後の1投を投入し終わるまでそのままにしておき、投入し終えたストーンが他のチームや自チームによって移動してもそのままにしておきます。
- 3 2回戦は、前回得点の多かったチームが最初（先攻）に投入します。順次時計回りに競技します。
- 4 4回戦まで終わったら、審判により合計点を計算し勝敗を決めます。

● 得点の数え方

中央枠（赤ゾーン）・・・5点

第2枠（青ゾーン）・・・3点

第3枠（白ゾーン）・・・1点

それぞれのチームの合計得点を集計して得点とします。

得点表

チーム名	1回戦	2回戦	3回戦	4回戦	合計点	順位
赤						
白						
青						
黄						

※1 小学校1年生以下、高齢者（85歳以上）、体の不自由な方はフロントラインから競技できます。

2 競技の特性から相手の高得点のストーンをはじき出すことがポイントです。

3 競技中キャプテンは、コート内に入り自チームの競技者に投入位置等の指示を出すことができます。