

輪投げ

人数	2名以上適宜
用具	<ul style="list-style-type: none"> ・輪（赤、青、黄色等）合計 26 本 ・輪投げ台（60cmx60cm）（得点の記入された 9 本のポール付き）5 台 ・ホワイトボード(得点記入用)
プレーの方法	<ul style="list-style-type: none"> ・多数でプレーする場合は、1チーム最大9名が各1本のリンクを連続して投げ、ポールに入ったリンクの合計点がチームの得点となる。これを何ゲームかプレーし、総合得点が最多のチームが勝者となる。 ・1：1でプレーする場合は、各自のリンクを交互に投げ、得点の低い者がアンカー権を得て、青のアンカーリンクを投げる。これを何ゲームかプレーし、総合得点の多い方が勝者となる。 ・リングを投げる位置にラインを引き、輪投げ台までの距離は、2－5mの範囲で適宜に設定する。 ・リングの投げ方は自由であるが必ず片手で投げ、両足を床に着けて、ラインの後ろから投げる。 ・競技者が特別支援学級の生徒等である場合は、上記ルールにこだわらず、特に輪投げ台までの距離を参加者の体力・運動能力に応じて臨機応変に調整（短縮）して、より楽しめる工夫が大切である。 ・当ゲームのプレイを希望する際は、あらかじめ活動場所と用具を予約してから、社会教育セクションにご連絡ください。



8 公式ワナゲ



場所	人数	対象年齢	運動強度
屋内外	単独投制限無 交互投 1対1	誰でも可	軽度

特色

輪投げは、得点板の棒にいくつの輪を投げ入れることができるかを競うゲームである。広い場所を必要とせずどこでも楽しめる。ルールは、簡単だが点数の数え方や投球回数など作戦を立てながら行えば以外と奥深いゲームである。また、ルールを応用し、年齢・性別・競技場所等を自由に設定することで、子供から高齢者まで気軽に、より面白く楽しめるスポーツである。

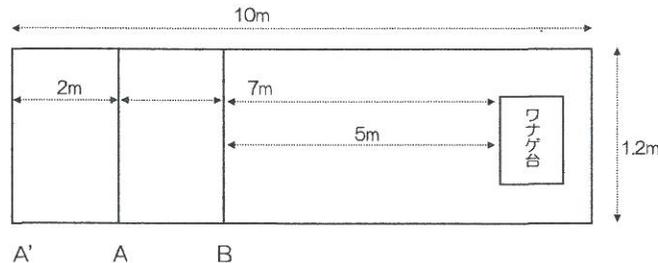
用具

輪投げ台 台は60cm × 60cm。的棒9本・高さ18cm。うしろ脚高さ17cm。

投げ輪 直径17cm、重さ150gのゴム製・9本を使用する。

コート

平坦な場所に台を設置し、図のようなコートをつくる。屋内は問わない。公式ルールではラインAの7mラインより投輪を行う。但し、状況に応じラインA'、及びラインBを使用することもある。



競技方法

ゲームは、2人以上であれば個人戦、団体戦ができる

個人戦 最多得点戦

団体戦 2対2・3対3などのほか自由に設定できる。

競技方法

【単独投輪方式(参加者が多いとき)】

- (1) 9本のリング(赤4・黄4・青1)を続けて全部投げる。
- (2) リングを投げるときは、どのように持ってもかまわないが、必ず片手で持ち、ラインの手前から投げる。違反があったリングは全て取り除く。
- (3) 無効リングによって、すでにボールに入っているリングが外れた場合は、外れたリングを元通りボールに戻す。ただし、ワナゲの台に乗っていたリングが移動した場合はそのままにし、一度床に落ちたリングがその後台上に乗った場合は、その都度取り除く。
- (4) ワナゲ台の上に乗っているが、すでにボールに入っていないリングが、その後のプレーでボールに入った場合は有効となる。
- (5) 得点は9本のリングを投げ終わった後、次のプレーヤーが計算する。(相互審判)

【交互投輪方式】

- (1) じゃんけんで勝った方が先攻(赤リング4本)、負けた方が後攻(黄リング4本)となり、「負け後攻の原則」1投ずつ交互に投輪する。
- (2) 青リング(アンカーリングと呼ぶ)は投輪ライン付近の投輪に支障のない場所に置く。
※リングの投げ方、有効得点、無効得点は単独投輪方式を参照。
- (3) 各4本ずつを投げ終わり、互いの点数を確認した後、点数の低いプレーヤーに「アンカー権」が与えられる。
- (4) 同点であった場合アンカー権は施行されない。「和の原則」
- (5) 得点はアンカーリング投輪後に互いに確認する。(相互審判)
- (6) 1試合3セットで競い、2セット以降は前セットで負けた方が後攻となる。「負け後攻の原則」
- (7) 勝敗は、1試合3セットマッチで行い、2セットで勝敗がついても3セットまで行う。
- (8) ゲーム進行上、勝敗が必要な場合は「1本勝ち」で決める。
※1本勝ちとは、各自1本ずつ交互に投げあい、点数の高いほうが勝つとする方法である。
それでも同点の場合は、勝敗が決まるまで投げあう。



[\(財\)横浜市体育協会トップ](#) > [事業紹介](#) > [ヨコハマさわやかスポーツ](#) > [輪投げ](#) > 輪投げのルール

輪投げ

幼いころ、誰もが楽しんだ“輪投げ”。実は、この輪投げにも正しい得点方法があり、奥の深いスポーツなのです。

《準備》

用具

台 (60cm × 60cm)

的棒 (高さ15.5cm)

投げ輪9本 (ゴム製、直径16.5cm ± 1cm、重さ135g ± 3g)

※投げ輪9本の内訳 (赤リング4本、黄リング4本、青リング1本)

《方法》

単独投輪方式 (1人が9本 (赤・青・黄) 全部のリングを続けて投輪する)

1チーム1人～9人 × チーム数 (不特定多数で実施可能)

(1) 輪投げ台の固定ラインと投輪ラインを2mの間隔をあけて引く。

(2) 1人の投げる輪は1回に連続9本とする。

(3) 的棒の下の板にかかっている数字の合計を1回の得点とする。

(4) ただし、次のように入った場合は、得点が加算される。

1) 縦、横、斜めに3つ並んで入ったとき → 1列につき15点加算

2) 全部の棒に入ったとき → 300点

(1列の合計得点15点 × 8列 × 2 + パーフェクト点60点)

※上記は基本的な方法であり、対象年齢や状況により、得点方法、距離、輪の数などを工夫するとよい。

交互投輪方式 (2人で行い、1投ずつ交互に投輪する。)

1チーム1人～5人 × 2チーム

(1) 輪投げ台の固定ラインと投輪ラインを2mの間隔をあけて引く。

(2) 通常、1対1のシングルスで行う。

(3) ジャンケンで先攻後攻を決め、勝ったほうが先攻、負けたほうが後攻となる。

1試合は、3セットで競い、2セット以降は前セットで負けたほうが後攻となる。

交互に1本ずつ合計8本のリングを投げる。

この時、使用するリングは、先攻は赤リング4本、後攻は黄リング4本を使用する。

青リングは「アンカーリング」として使用する。

(4) 合計4本の輪が投げられた後の得点状況により、点数の低いプレーヤーには

「アンカー権」が与えられ、このプレーヤーがアンカーリングを投輪し、セットが終了する。

ただし、同点であった場合は、アンカー権は施行されない。

(5) 的棒の下の板にかかっている数字の合計を1回の得点とする。

(6)勝敗は、1試合必ず連続して3セット行い、勝ちセット数で競う。同点の場合は総合得点の多いものが勝ち。

その他

リングは、どのように持ってもかまわないが、必ず片手で投げる。

リングを投げるとき、両足は地面に接していなければならない。

先に投輪したリングが、完全に静止してから次のリングを投げる。

必ず投輪ラインの後方から投げ、リングが手から離れて台に落ちるまで、ラインを踏んだり超えたりしてはならない。

[このページのトップへ](#)

2007-2010 Yokohama Sports Association. All Rights Reserved.