

インディアカ

人数

4対4



インディアカ

長さ25cm
重さ約50g

用具

- ・インディアカ
- ・ネット
(バドミントン用)
- ・ボール
(2mは男子または混合)
(1.85mは女子)
- ・補助ボール
(バドミントンボールを高くするもの)

● ブラジルの伝統的ゲーム「ベデカ」をもとにドイツで考案されたゲームです。

● 《ゲーム》

正式には4対4でコートをはさみ、6人制バレーボールによく似たルールで、「ボール」を打ち合います。バレーボールに比べてラリーが長く続きます。肘から先を使えば片手、平手、手の甲、握りこぶしなど、どんな打ち方でもOK。

● コートがなくても、公園や浜辺などで輪になって打ち合うなど、手軽に楽しめます。手に当たる部分はスポンジなので、バレーボールのような突き指等の心配もなく、ファミリーにお勧めです。

場所

バドミントンのダブルス、シングルス兼用