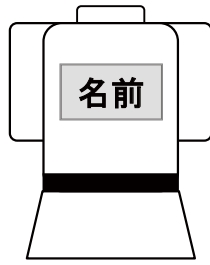


事前準備

■ ゼッケン

ゼッケンは、道着の背中部分に縫い付けてください。
取り付けは、全体を縫い付けるか、両面テープで取り付けたと四隅を縫い付けても構いません。
両面テープのみでは汗などで外れる場合があります。
下過ぎると帯で見えなくなります。



■ 道着

●ズボン

くるぶしが見える長さにしてください。
裾が長い場合や裾をまくと失格になる場合があります。
裾を折る場合は、内側に折って縫い付けてください。
外側に折ると組手競技などで相手の指が引っ掛かりケガをさせる危険があります。

●上着

手首が見える長さにしてください。
袖が長い場合や袖をまくと失格になる場合があります。
袖を折る場合は、内側に折って縫い付けてください。
外側に折ると組手競技などで相手の指が引っ掛かりケガをさせる危険があります。



手首が少し見えるぐらい



くるぶしの上ぐらい

■ シャツの着用

●女子

白無地のTシャツを着てください。
カラーや柄の入ったものを着ていると失格になることがあります。

●男子

素肌の上に道着を着てください。
Tシャツなどを着用することはできません。
着ていると失格になることがあります。

■ 装飾品

髪が長い場合は、シングルのポニーテールにして、目立たないゴムバンド(黒色)2個まででとめてください。
(ツインテールは禁止となっています。)
(シュシュやリボン、ヘアクリップ、金属製のヘアピン、ミサンガなども禁止です。)
爪は必ず切っておいてください。

■ メガネ

メガネは使用できません。

■ 出場する試合の確認

事前に出場する試合のトーナメントを見て、氏名や下記の項目に間違いがないか確認してください。
間違いがある場合は、前日までであれば各支部の先生に、当日であれば総合案内に申し出てください。

● 学年

試合当日の学年になります。

● 階級

初級、中級、上級 に分類されます。

※ めばえオープン杯では、さまざまな道場からの参加があります。
帯の色は、同じ級であっても道場によって、異なる場合があります。

注意事項

● 喫煙について

喫煙は決められた場所をお願いします。

● ゴミについて

ゴミは必ずお持ち帰りください。
体育館内にゴミ箱はありません。
自動販売機横のゴミ箱は、自動販売機で購入した飲みもの専用です。
毎年、心無いゴミの放置について指導員が自宅へ持ち帰り処分していますので、ご協力をお願いします。

● エレベータの使用について

選手は使用禁止です。
お年寄りや体の不自由な方、妊婦の方など、必要な方のみご使用ください。

● トイレに行きたくなった場合について

招集時や試合待ちの時トイレに行きたくなった場合は、我慢せず係員に申し出てください。

● 貴重品について

貴重品は各自管理をお願いします。 出入りが自由なため毎年置き引きの被害が出ています。 ご注意ください。

● 撮影について

フラッシュ撮影は禁止です。 試合中の選手への妨げになります。

● 体育館の使用について

体育館内を走らないでください。 怪我等についての責任は負いかねます。
体育館内(廊下など)では必ず靴を履いてください。
アリーナ(フロア)内は土足厳禁です。

めばえオープン杯は、公式戦ではなく道場の試合であり、初心者の子どもも多く出場します。
ルール上失格となるようなケースでも、審判長の判断で許可される場合があります。
例えば、演武前に礼を忘れた場合や、試合の集合に遅れた場合など、その時々状況により判断しますので、ご理解ください。

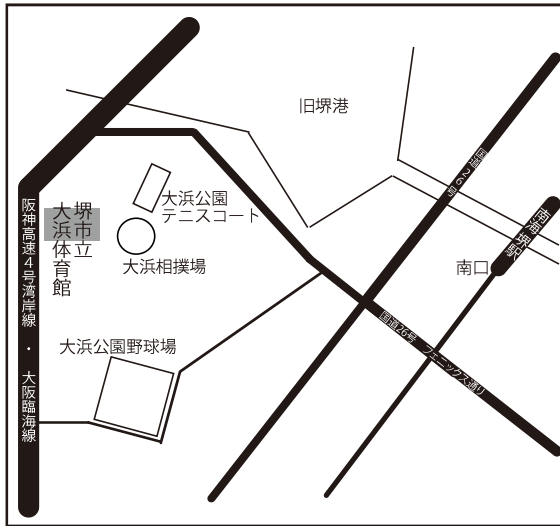
大会当日の流れ

■会場へのアクセス

● 場所 堺市立大浜体育館
堺市堺区大浜北町5丁7番1号

● アクセス： 電車： 南海線 堺駅より西へ徒歩10分
バス： 南海高野線
堺東駅(西口)13番のりば(21系統)より
大浜中町バス停下車 西へ徒歩5分

※駐車場には限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。



■開場(体育館内への入館)

8:30 開場

●入口

選手、同伴者の方は、体育館正面に向かって左側の階段を上り、右手のホワイエからのみの入館となります。

※試合するコートは、どのコート？
トーナメントを確認してください。

※入館時間
試合スケジュール表を確認してください。
試合の進行状況により前後することがあります。
出場する試合の1時間くらい前には、観覧席に着席しているようにしてください。

■選手の招集と解散

●招集(選手招集場所)

案内があれば、1階に降り、競技場(アリーナ)入口からフロアに入り、各コートの「選手招集場所」に移動します。

・同伴者の方は、「選手招集場所」および「各コート」の外側(青色の防護ネットの外側)から、応援することができます。

※1階フロア(板の上)は、土足禁止です。
設置された靴袋(レジ袋)に靴をいれてお持ちください。
くつ箱は使用しないでください。

※トイレ(1階)
1階競技場(アリーナ)のフロアで、トイレに行きたくなった場合は、1階のトイレをご利用ください。
廊下に出る時は必ず靴を履いてください。

●試合

案内があれば、「試合コート」に移動し、準備が整い次第試合を開始します。

・同伴者の方は、「選手招集場所」および「各コート」の外側(青色の防護ネットの外側)から、応援することができます。

※試合が開始時にコートにいない場合は基本的には、棄権となります。遅れた場合は、コートの係員に申し出てください。
※トイレは事前に済ませておいてください。
ただし、途中でトイレに行きたくなった場合は、無理に我慢せず各コートの進行長に申し出てください。

●表彰

試合終了直後に、各コートで行います。

●解散

勝ち負けに関係なく、出場種目の表彰後に解散となります。
解散後は、速やかに退館してください。

・退館の際、靴袋は、出口に設置された靴袋入れに入れる
・か、ご自宅で廃棄してください。

※動画、写真撮影をする際は、フラッシュは禁止です。
競技の妨げにならない範囲でお願いします。
また、SNSなどへの掲載については他の方への個人情報の配慮の上で行ってください。

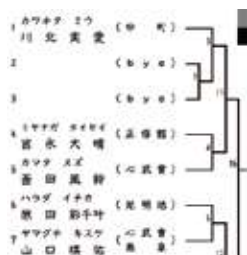
※めばえ杯では、可能な限り棄権にならないよう配慮はしますが対応できない場合はご了承ください。
何かお気づいた場合はその場でお声掛けください。

■競技が行われる順序

試合スケジュール表をご覧ください。
各コートで行われる試合の順序と予定時間を掲載しています。
試合の進行状況により、順序を入れ替えて競技を行なうことがあります。会場では案内をよく聞いておいてください。

試 合 の 見 方

■ トーナメントの見かた
下記を例に説明します。



● 試合

- ・第1試合： 2番と3番の選手 (選手がいないのでとばします)
- ・第2試合： 16番と17番の選手 (選手がいないのでとばします)
- ・第3試合： 1番と2～3番の勝者
(2,3に選手がいないので1の不戦勝となります)
- ...
- ・第試合： 1番と2～3番の勝者

※トーナメントの山に記載された数字が試合番号になります。

● ラウンド

- ・1回戦： 第1試合～第2試合
- ・2回戦： 第3試合～第10試合
- ・3回戦： 第11試合～第14試合
- ・4回戦(準決勝戦)： 第15試合～第16試合
- ・5回戦(決勝戦)： 第17試合

● 赤と青

選手は、試合ごとに赤と青に分かれて競技を行います。
トーナメントでは各試合で、番号の小さい方(上側)が赤、大きい方(下側)が青になります。

- ・第1試合： 2番の選手が赤、3番の選手が青
- ・第8試合： 1番の選手が赤、第1試合の勝者が青

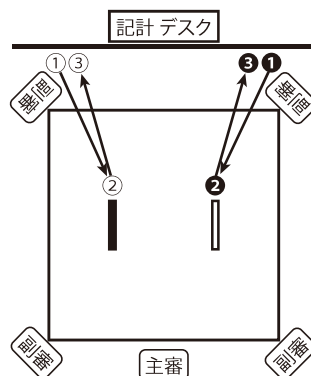
立ち位置は、主審から見て、右側が赤、左側が青になります。

※通常、byelには選手が割り当てられず、不戦勝となります。
ただしトーナメントに不都合が生じた場合、選手を割り当てる場合があります。

■ コートへの入り方

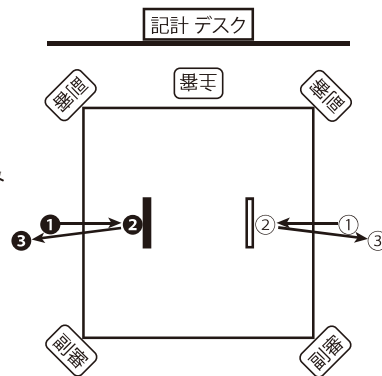
● 形試合

1. ①の位置に立ちます。
 2. 名前を呼ばれたら「ハイ」と返事をし、②へ進みます。
 3. ②の位置で、一礼し、形の名前を言います。
 4. 笛の合図で、形を演武します。
 5. 形の演武後、一礼します。
 6. 審判が旗で勝敗を判定します。
 7. ③へ進みます。
- ※ 赤の場合①～③ 青の場合①～③



● 組手試合

1. ①の位置に立ちます。
 2. 名前を呼ばれたら「ハイ」と返事をし、コートに向かって一礼します。
 3. 主審の合図で②へ進み一礼をした後、八字立ちで構えます。
 4. 主審の「勝負始め」の合図で、試合を開始します。
 5. 時間になると主審の「やめ」の合図で②の位置で構えます。
 6. 審判が勝敗を告げます。
 7. 一礼して、③へ進みます。
- ※ 赤の場合①～③ 青の場合①～③



組手試合の見方について

■ 技と得点

1本(3ポイント)	上段蹴り(上段とは、顔面、頭部、頸部をさす) 投げられた、又は自ら倒れた相手に極めた技
技あり(2ポイント)	中段蹴り(中段とは、腹部、胸部、背部、わき腹をさす)
有効(1ポイント)	7つの攻撃部位に極めた突き、7つの攻撃部位に極めた打ち

※7つの攻撃部位とは、頭部、顔面、頸部、腹部、胸部、背部、わき腹

■ ポイントをとるためには

得点部位に当たれば良いわけではありません。
条件(良い姿勢、スポーツマンらしい態度、気力、残心、適切なタイミング、正確な距離)が揃ってはじめて有効なポイントとなります。

■ 審判

2名以上の副審が旗を上げると主審が得点コールします。

■ 審判のジェスチャー



■ 反則

違反は、5つ目で反則となり負けになります。
(注意1→注意2→注意3→反則注意→反則)

※その他ルールに関する詳細は、競技規定を確認してください。