

# 【基本のルール】



## ☆試合の進め方☆

1. 「**ラッサンブレ・サリュウ(気を付け・礼)**」の合図で挨拶をします。
2. 「**アンガルト(構え)**」の合図でサーベルを垂直にして構え、「**アレ(始め)**」の合図で始めます。
3. サーベルで相手の**有効面を先に突くと1ポイント**取れます。有効面を動かして守ることもできます。  
**上半身を動かして攻めたり守ったり**できます。

※ライトの点灯、もしくはボールが、持ち手以外に触れた時点で相手に1点(反則による得点もある)

4. **反則**があったとき、主審は「**アルト(止め)**」と言い、ゲームが止まります。1回目は注意、**2回目以降は相手に1ポイント**与えます。
5. どちらかがポイントを取ったり反則があった場合は、ゲームが止まり、2から再開します。**あらかじめ決めたポイント**の数を先に取った方が勝ちです。
6. 勝負が決まったら、主審の「**ラッサンブレ・サリュウ(気を付け・礼)**」の合図で挨拶をします。

※フランス発祥のフェンシングを基にしているので、合図はフランス語で行います。またフェンシングの騎士道精神を大事にし、挨拶やルール・マナーはしっかりと守りましょう。

## 【試合中の反則行為】

- ・有効面以外をわざと突くこと・叩くこと
- ・イスからお尻を浮かすこと
- ・相手が有効面を攻撃できないようにすること(身体を回転させて相手に背を向ける、**腕を伸ばして有効面を届かなくする**、身体で隠す、落ちないように固定する)
- ・相手への礼節を欠ける行為をすること(サーベルを落とした相手に攻撃はしません)  
⇒これらは、警告になります。**警告2回で相手に1点。**
- ・**エルボーを落とす。** ⇒相手に1点

誰もが楽しめることが1番重要です。そのためにはルールをアレンジしても良いです。





# ソフト パラフェンシング

誰でも楽しめる!!



皆さん、パラ（車いす）フェンシングというスポーツをご存じですか？

植草学園大学、敬愛大学、千葉大学、帝京平成大学の学生・教職員は、2021年に開催された東京パラリンピックのパラ（車いす）フェンシングのボランティアに参加し、その後もパラ（車いす）フェンシングを多くの人に知ってもらおうべく『レガシープロジェクト』を立ち上げました。

私達の考えた、誰でも楽しめるソフトパラフェンシングをぜひ体験してください！

## 対象者

- ・身体障がい者
- ・知的障がい者
- など障がい者をもった方



- ・小さなお子さん



- ・高齢者の方



東京2020大会 車いすフェンシング 競技ボランティア

## レガシー・プロジェクト

植草学園大学 敬愛大学 千葉大学 帝京平成大学

