2022/10/27 改定

ハッスル(発信する)、かなざわ、ビーチボール

H.K.B.　公式ルールブック

2022.ver04.03

H.K.B.-Association

目　　次

1. はじめに

2. Ｈ．Ｋ．Ｂ．とは

3. 競技ルール

4. 審判の役割

5. 審判の公式シグナル

1. はじめに

このH.K.B.ルールブックは、【　Ｈ．Ｋ．Ｂ．　】における基本ルール等を制定する為、また誰にでもすぐにわかる共通ルールを周知する目的で作成しました。

2. Ｈ．Ｋ．Ｂ．とは

H.K.B.（ ハッスル（ 発信する ）・かなざわ・ビーチボール ） とは、2017年度金沢市スポーツ推進委員メンバーによって誕生したニュースポーツです。

幅広い年齢層の方々が一緒に楽しめるよう、また日ごろからスポーツに接する機会が少ない方にも、楽しんでプレーしてもらえるように考案致しました。

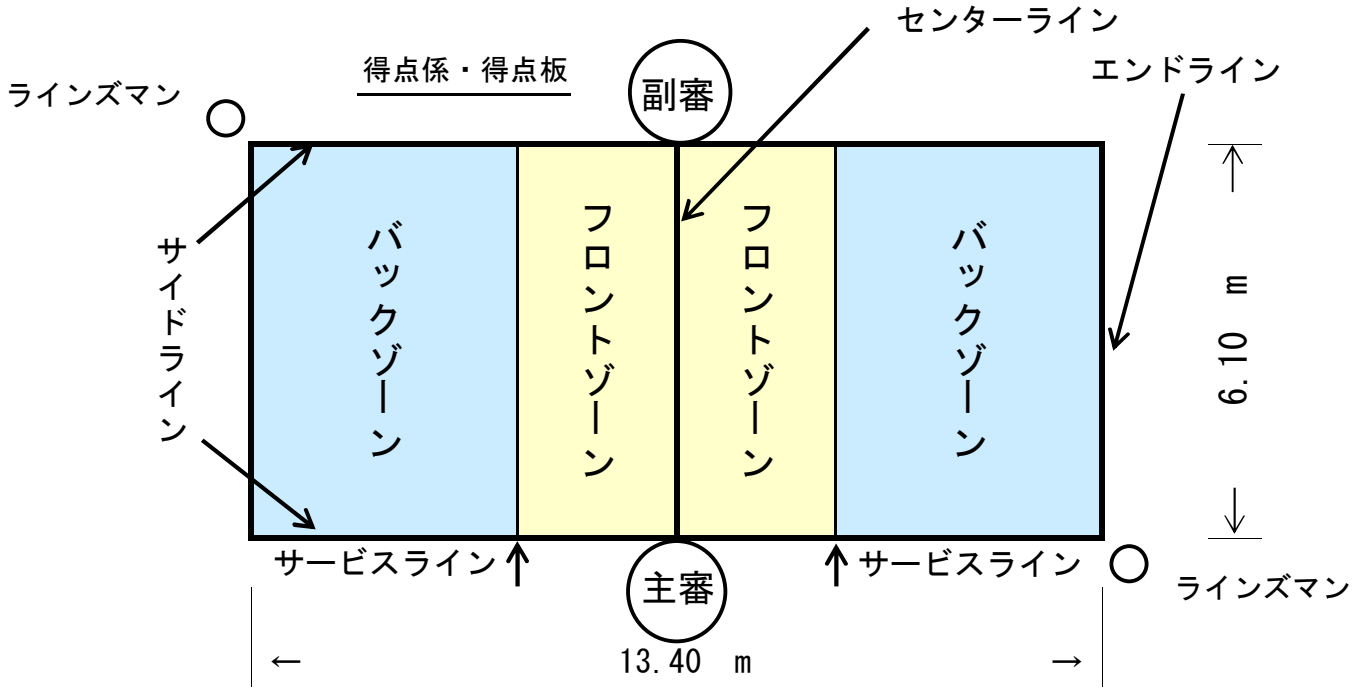
プレイヤーは３対３で行い、やわらかいビーチボールを使用し、ケガがない様にネットの高さが低めで、返球しやすい様に、ジャンプしての激しいプレーにならない様に、ワンバウンドしても良いのでゆるめなプレーとなる様に、など様々な想定をしてルールを工夫したニュースポーツです。

3. 競技ルール

1 コート

バトミントンコートのダブルス用のラインを使用する。

（ 13.40 ｍ× 6.10ｍ ）下の図面参照。（ライン幅は40㎜を基本とする）



2022/10/27改定

2 用具

① ボールは、H.K.B.協会の公式ボールを使用する。
　空気注入後の目安としての円周は、１４０～１４５cmとする。
② ポールとネットの高さは、１５５cmとし、バドミントン用ポールを使用する。
③ ネットは、幅８０cm とし、ソフトバレーボール用を使用する。
④ アンテナは、ポールの内側に取り付けし、ネットの上から８０cm出す。（赤・白８個分）
⑤ 主審は審判台を使用し、コートをすべて見渡せる高さとする。
⑥ ラインズマンは、ラインズマンフラッグを使用する。

3 選手（プレイヤー）、キャプテン

選手　　：　１チーム５名以内でプレイヤーは３名とする。
キャプテン　：　チーム内で1名決め、メンバー表のキャプテン欄に記入しておく。
　（キャプテンはキャプテンマークをつける）
　キャプテンは競技中に下記事項を行える権利がある。
　主審、副審に対してタイムアウト、選手交代を申し立てる事ができる。
　主審に対して、競技ルールの解釈において質問できる。
　（判定に対しての異議や申し立てはできない）
　＊上記事項については、キャプテン以外はできない。

4 勝敗の決め方

１セット８点のラリーポイント制の３セットマッチで行う。
２セット先取したチームの勝利とする。
７点ｖｓ７点となった場合はジュースとなり、そのあと２点差がつくまで行う。
・・・ ジュースが続いた場合は、１０点を先に取ったチームの勝利となる。
・・・ ３セット目は、どちらかのチームが４点を取った時点でコートチェンジする。

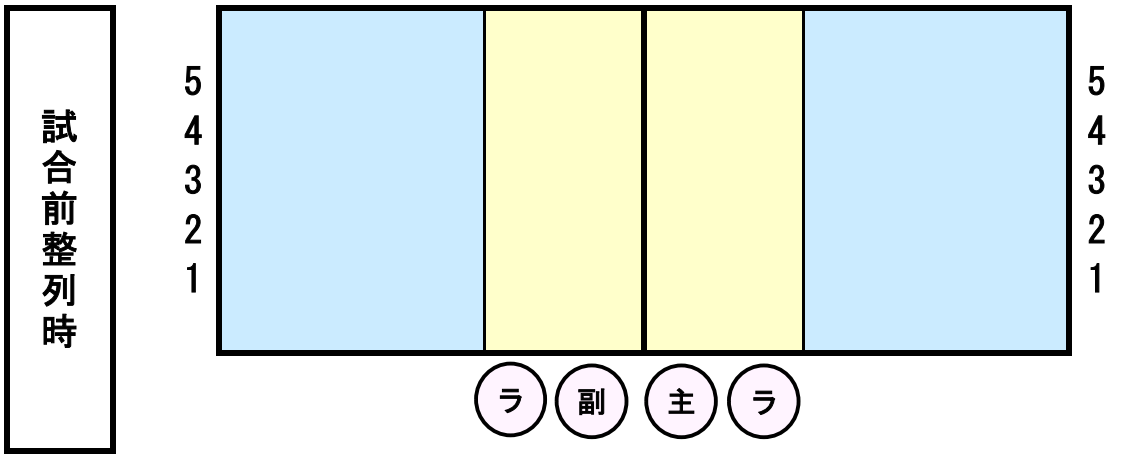
5 ゲームの進行

① 整列する前、各チームのキャプテン同士でじゃんけんをして、勝ったチームがサービスかコートのどちらかを選ぶ。

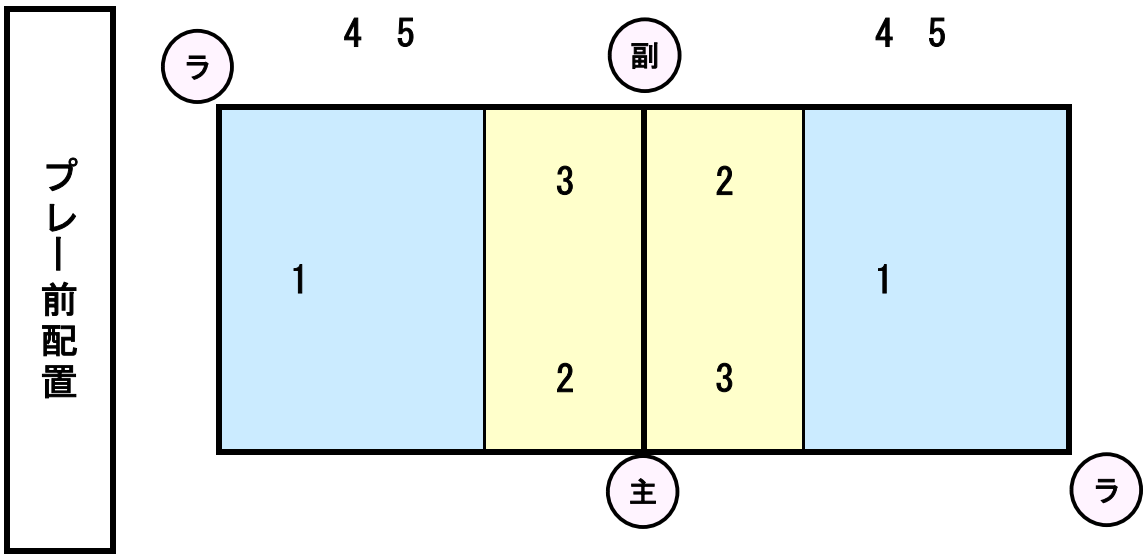
② 各チームキャプテンが副審にメンバー表・メダマ表を渡し、副審は記入漏れなどないかを確認する。

③ 副審は、メダマ表をラインズマンへ渡す。

④ 各チームのプレイヤー全員はエンドラインに整列する。



⑤ プレイヤーは、審判の合図で一礼して３名がコート内に入り、ポジションにつく。（フロントゾーン２名、バックゾーン１名）



⑥ 交代プレイヤーは、副審側に移動し、プレーの邪魔にならないように待機する。

⑦［練習］とコールし、練習を開始する。サーブはチーム毎で交代して行う。

⑧ 練習後プレイヤーはメダマ表のポジションにつく。

⑨ ラインズマンは、ポジションに間違いがないかをメダマ表で確認し、正しいポジションである事を確認した後、主審に合図を送る。

主審が合図を確認した後、副審に合図を送り、副審はサーブ件側にボールを渡す。

⑩ 主審は、長めにホイッスルを鳴らし、試合を開始する。

⑪ プレイヤーは、主審のホイッスルの後に自分のバックゾーン内から相手のバックゾーン内にサーブをする。

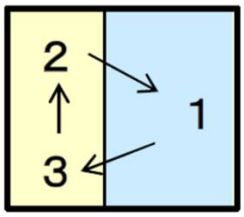
⑫ サーブは、アンダーサーブ（腰の高さより下側の位置）とする。

（脇が４５°以内を目安とし、それ以上の場合はオーバーサーブとする）

⑬ サーブは、相手チームが得点するまで同じプレイヤーが続けて行う。

サーブの順番は、右下図の①番から行い、サーブ権が変わる毎に①→②→③ と時計回りにローテーションする。

⑭ サーブを打つまでは、プレイヤー全員がコート内のそれぞれの各エリア内からは移動できない。



（サーブ前に移動した場合はアウトオブポジション）

⑮ サーブ後は、プレイヤーはどのエリアでも自由に移動できる。

⑯ レシーブは、３回以内で相手コートにボールを返す。

（但し、レシーブの３回の間に床へのバウンドを１回限りさせても可。）

⑰ プレイヤーは、身体のどこを使って返してもよい。

⑱ ブロックの際のボールへのタッチは、１回とカウントする。

（ブロックした後、同じプレイヤーがもう一度触った場合はドリブルとする）

⑲ ボールのイン・アウトは、ボールの中心線がラインの内か外で判断する。

⑳ 審判は、プレー中にプレイヤーが危険に及ぶ事が起これば直ちにゲームを中断させる事。

（他のボールが入ってくる、シューズのヒモが解けている、ケガをしたなど）

㉑ 各セット毎にタイムアウトを１回取ることができる。
（ タイムアウトの時間は３０秒とする）

㉒ プレイヤーの交代は、各セット毎に１回のみ可。
（１回の交代で1名もしくは２名の交代とする）
・・ただし、ケガなどでプレイヤーが不足した場合は再度交代できる。

㉓ １セットは８点先取、７点ｖｓ７点となった場合はジュースとなり、２点差がつくまで行い、ジュースが続いた時は１０点を先に取ったチームの勝ちとする。

㉔ １セット目が終了したら、主審は長めにホイッスルを吹き、プレイヤーをエンドラインに整列させた後、コートチェンジの合図をする。

キャプテンは、チェンジコートの際に次のセットのメダマ表を副審に渡す。

㉕ セット毎にコートをチェンジし、サービス権も交代する。
（３セット共最初にサービスしたコートと同じ側がサービスとなる）

㉖ セット終了後、得点係はスコア表に点数を記載し、得点板をリセットする。

㉗ ２セット目以降も１セット目と同じ様に行う。

㉘ 先に２セット先取したチームが勝利とする。

㉙ ３セット目は、４点をどちらかのチームが取った時点でチェンジコートを行う。

㉚ ゲーム終了後、両チームのプレイヤーは、エンドラインに整列して主審から試合結果についての報告を受けた後、主審の合図で全員一礼する。

㉛ 副審は、各チームのキャプテンにスコア表を確認してもらい、キャプテンにサインをもらう。

㉜ 副審がスコア表を確認してサインをした後、主審が最終確認してサインをし、終了とする。

6 反則行為

次のプレーがあった場合、反則行為として相手チームに得点が入る。

① アンダーサーブをしなかった場合（オーバーサーブ）
（腰の位置より ４５° 程度離れていない事を目安とする）

② サーブしたプレイヤーがラインを踏んでサーブした時（フットフォルト）

③ サーブがネットに触れた時（サービスアウト）

④ サーブが相手のバックゾーン内に入らなかった時（サービスアウト）

⑤ サーブをフロントゾーン内で触れたとき（サーブタッチ）

⑥ サーブ後１回で相手コートに返球した時（ワン返し）

⑦ サーブをブロックした時（サーブブロック）

⑧ サーブ時にプレイヤーが所定のゾーン内に入っていない時（アウトオブポジション）

⑨ 同じプレイヤーが連続してボールを触った時（ドリブル）

⑩ プレイヤーがネットやポールに触れた時（タッチネット）

⑪ プレイヤーの手がネットの上を越えた場合（オーバーネット）
*ボールを触っていなくても手がネットを超えた時点でオーバーネットとする。

⑫ ボールが２バウンドした時（ツーバン）

⑬ ４回以上で返球した時（オーバータイムズ）

⑭ フロントゾーン内で両足を床から離してボールを相手コートに返した時（ジャンプ）
*パスやトスで相手コートにボールが入らない時のジャンプ行為は可

⑮　バックゾーンでのジャンプは可能だが、着地時にサービスラインを踏んだり、踏み超えた場合は反則とする。（ラインオーバー）

⑯ プレー時にセンターラインを踏んだり超えたりした場合（パッシングザセンターライン）

⑰ アンテナ・ポールより外側から相手コートに返球した時（アウト）

4. 審判の役割

1 審判の構成

主審１名、副審１名、ラインズマン２名（主審と副審の右側）、得点係１名とする。

主審と副審はホイッスル、ラインズマンはラインズマンフラッグを準備する。

2 審判の任務等

① 審判は、担当する試合に係わるプレーに関し、その全ての判定を行う。

② 審判は、試合前に担当区分、試合の運営方法について充分な打合せをしなければならない。

③ 審判は、プレイヤー及び観客に対して、試合の進展や反則行為がわかるように情報を伝えなければならない。

3 主審の役割と権限

① 試合の進行を管理し、勝敗を決定する。

② 試合のゲームカウント、セットカウントを管理する。

③ H.K.B.公式ボールとコートのコンディションの確認をする。

④ ホイッスルとコールですべての合図を行う。

⑤ ゲームカウントを適切なタイミングにコールする。

⑥ 試合中の全ての判定を行い、コールする。

ボールがアウトの際は［ アウト ］のコールをする。

セーフの際の［ イン ］のコールは必要としない。

⑦ ジャッジの最終権限は、主審が行うものとする。

（必要に応じて、副審・ラインズマンの情報提供を受けて、全てのプレーに対し最終判定を下す）

⑧ プレイヤー・キャプテン・サブのプレイヤー及び観客に対して、次のコートマナーについて警告ができる。

ａ プレイヤー・キャプテン・応援者がプレイヤーや相手プレイヤー、審判の名誉を傷つける発言をした場合

ｂ プレイヤー・キャプテン・応援者が故意に進行を妨げる行為をした場合

⑨ 判定に従わない執拗な抗議プレイヤー、または執拗なマナー違反をする者に対して試合会場から退出の宣言をできる。

⑩ 次の場合、主審の判断によりプレーを中断する事ができる。

ａ 審判がジャッジを誤った為、プレーに支障が生じた場合

ｂ プレイヤーが不可抗力によってそのプレーを妨げられた場合

ｃ プレー中にコート内で危険が発生する懸念がある場合

ｄ プレイヤーが負傷した場合

ｅ プレイヤーの体調や様子がおかしいと思えた場合

ｆ 公式ボールの状態が良い状態でない場合

ｇ コートコンディションが良い状態でない場合

ｈ コートマナーに触る行為があった場合

⑪ その他、試合に係わる全ての判定について決定できる。

4 副審の役割と権限

① ホイッスルとコールで合図を行う。
② 試合が始まる前、次のセットに入る前にH.K.B.公式ボールの空気圧の確認を行う。
③ コートコンディションの確認を行う。
④ サーブ時やプレー中のサイドラインにおけるアウトの合図。
（ 但し、この合図は主審への情報提供であり、最終判断は主審のジャッジによる）
⑤ 全ての判定について合図できる。
⑥ 次の場合、副審は ［ タイム ］ をコールし、主審と協議できる。
ａ 主審のコールに明らかに間違いがあると気づいた場合
ｂ 主審が副審・ラインズマンの合図やコールを聞きのがした場合
ｃ プレーに障害となることが生じた場合
⑦ 試合中のメンバーチェンジの確認と合図。
⑧ 毎セット終了後に得点表への記入確認をする。
⑨ 試合終了後に各チームのキャプテンに試合の結果を確認してもらい、得点表にサインをしてもらう事。

5 ラインズマンの役割と権限

① プレイヤーの配置がメダマ表と同じか確認する。
② サーブするプレイヤーが合っているかをメダマ表で確認する。
（サーブ順を間違ってプレーした場合、左右にフラッグを振って主審に伝える）
③ サーブ時やプレー中のサイドラインとエンドラインにおけるイン・アウトの合図を行う。
（特にライン付近のボールは相手のコート側を含めてイン・アウトの判定をする）
④ プレーに障害となることが生じた場合は、[タイム]をコールできる。

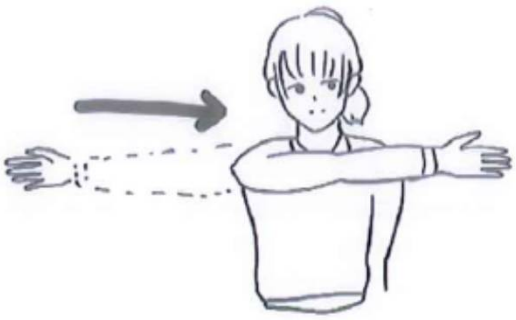
5. 審判の公式シグナル

- 審判のジェスチャーは別冊に一覧で表記
- 審判のジェスチャーは図で表示している通りの動作で大きくわかりやすく行う事。
- プレイヤーの経験数によってはコールでの方がわかりやすい場合もあるので、主審は状況に応じてゲームジャッジを進めていく。

サービス許可

主

サービスの方向を
手で示す。



ポイント

主 副

サービスする
チーム側の腕を横
に上げる。

ボールイン

主 副

フロアーを指す。

ボールアウト

主 副

手のひらを自分の方に
向け両手を上げる。

他の選手や物体に
当たった場合も同じ。

ダブルコンタクト

主 副

(ノーカウント及び
緊急にラリーを中断
するとき)

両手の親指を立てて、
両腕を上げる。

オーバータイムス

主

指を４本伸ばし、
その手を上げる。

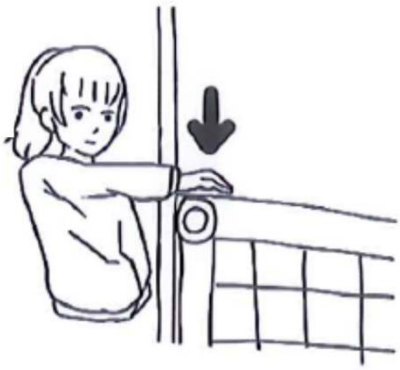
オーバーネット

主 副

片方の手のひらを
下に向け、ネット
上方に伸ばす。

サーブのネットイン

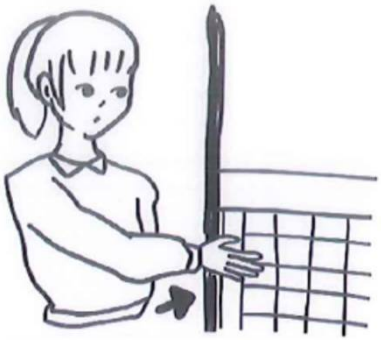
主



ネットの上端を
サービス側の手で
触れる。

タッチネット

主 副



反則をした側のネットに触れる動作をする。
（実際に触れなくてもいい）

ホールデング

主

片方の手のひらを上に向け、
前腕をゆっくり持ち上げる

ドリブル

主 副

指を２本のばし、
片方の手を上げる。

フットフォルト

主 副

片方の手で足元を指す。

バッシングザセンターライン

主 副

片方の手で
センターラインを
指す。

アウトオブポジション

主 副

片方の手の人差し指で
身体の前に円を描く。

ジャンプ

主 副

両方のてのひらをあげ
上下に動かす

ワン返し

主 副

指を一本伸ばす

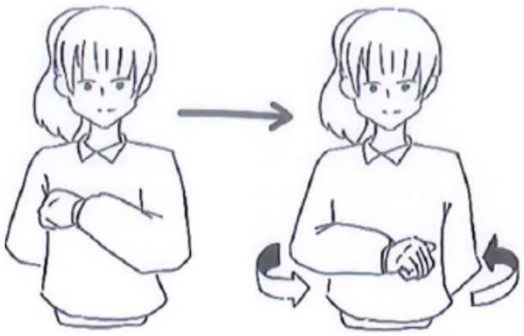
ツーバウンド

主 副

指を２本伸ばし、
上下に２度動かす

コートチェンジ

主



左腕は前から後ろへ、
右腕は後ろから前へ弧を描く

選手交代

主 副

両腕の前の部分を
お互いにぐるぐる回す。

セット及び試合の終了

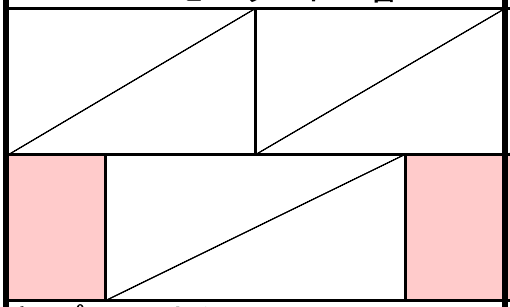
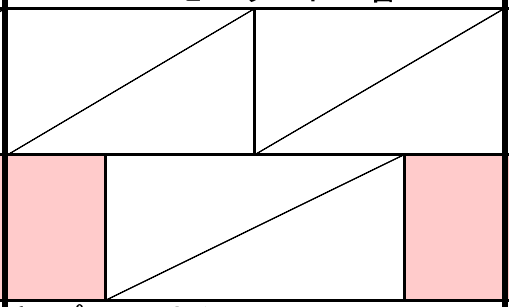
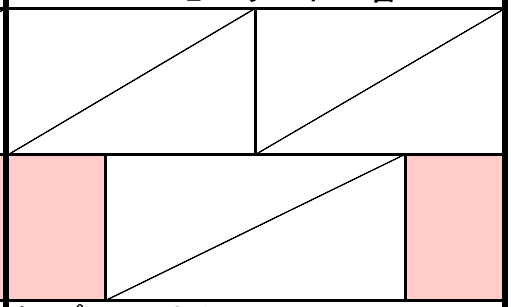
主

手のひらを自分の方に向けて
両腕を胸の前で交差する。

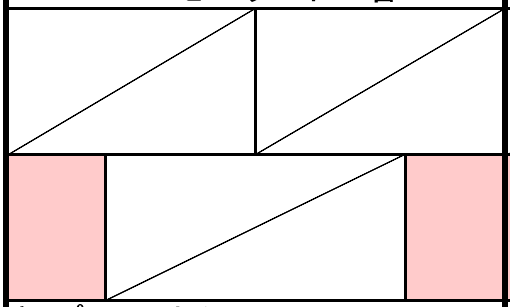
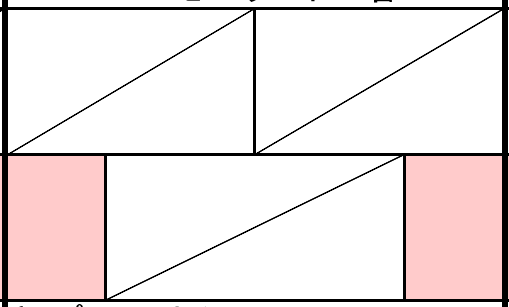
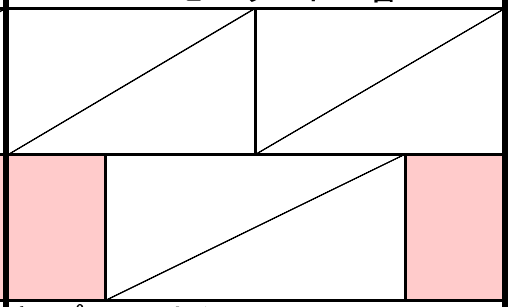
ボールイン
線

ボールアウト
線

チーム名	キャプテン	①	②	③	④	⑤

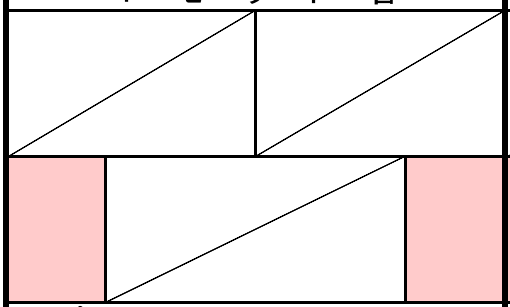
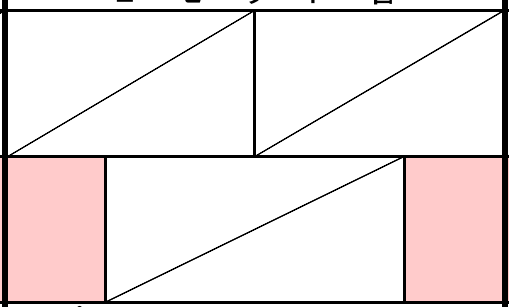
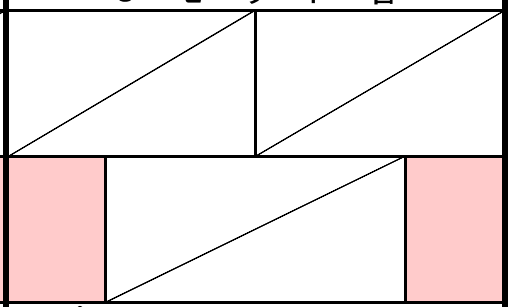
１　セ　ッ　ト　目	２　セ　ッ　ト　目	３　セ　ッ　ト　目
		
キャプテンのサイン	キャプテンのサイン	キャプテンのサイン
交代プレイヤー	交代プレイヤー	交代プレイヤー

チーム名	キャプテン	①	②	③	④	⑤

１　セ　ッ　ト　目	２　セ　ッ　ト　目	３　セ　ッ　ト　目
		
キャプテンのサイン	キャプテンのサイン	キャプテンのサイン
交代プレイヤー	交代プレイヤー	交代プレイヤー

はっする・かなざわ・びーちぼーる　H. K. B. 協会

チーム名	キャプテン	①	②	③	④	⑤

１　セ　ッ　ト　目	２　セ　ッ　ト　目	３　セ　ッ　ト　目
		
キャプテンのサイン	キャプテンのサイン	キャプテンのサイン
交代プレイヤー	交代プレイヤー	交代プレイヤー

はっする・かなざわ・びーちぼーる　H. K. B. 協会

コート　　戦　　開始時間　　：

チーム名	①セット	②セット	③セット	セット数	勝点	キャプテンサイン
終了時間　　：	副審サイン			主審サイン		

コート　　戦　　開始時間　　：

チーム名	①セット	②セット	③セット	セット数	勝点	キャプテンサイン
終了時間　　：	副審サイン			主審サイン		

コート　　戦　　開始時間　　：

チーム名	①セット	②セット	③セット	セット数	勝点	キャプテンサイン
終了時間　　：	副審サイン			主審サイン		

コート　　戦　　開始時間　　：

チーム名	①セット	②セット	③セット	セット数	勝点	キャプテンサイン
終了時間　　：	副審サイン			主審サイン		