

ワナゲ

ワナゲの起源には諸説があり、ゲームとしては紀元前200年頃、ヨーロッパで馬の蹄鉄をステーキ(目標棒)に投げ入れて楽しんだのが最初とされています。わが国では、戦後まもなく青木泰三氏の指導により、台上の数字の縦、横、斜めいずれの和(+)も15となる配列を施し、1967年には簡易スポーツ研究会の基礎メンバーを中心に日本ワナゲ協会が発足。2002年から新改訂ルールになり、より競技性がアップしました。ワナゲゲームの運動量は3~5(Kcal/min)程度で、健康によいとされる1分間に80mの歩行と同じ運動効果が望めます。

用具

- ・台…60cm×60cmの白地の木製台
- ・リング…赤4本・黄4本・青1本の輪
※特殊ゴム製で外径16.5cm(±1mm)、内径13.5cm(±1mm)



場所

屋外・室内を問わず、平坦な場所に台を設置して2本のラインを引き、公式ルールでは2mより投輪(とうりん)を行う。
申し合わせにより、競技者の身体条件、技術レベルに応じて投輪距離を別に設定しても構わない。

人数 <単独投輪方式>1人~何人でも
<交互投輪方式>1人对1人

リングの投法

《サイドフリップ投法(横投げ)》

リングを地面に対して平行に保ち、足を前後に、肩よりもやや広くとり、サイドスローで投げる方法。この投法はコントロールが難しいが、バウンド(跳ね返り)しにくいので近距離に適している。

《センターフリップ投法(正面投げ)》

足を肩幅と同じ程度に開き、利き腕がワナゲ台の中央部に向く形で、投輪ラインに沿って立つ。次に、リングが地面に対して平行になるように突き出す。そして、リングを持つ腕の力を抜いて後部に振り、その反動で投げるアンダースロー投法である。慣れると的中率が高いが、バウンドしやすい。

競技方式(ゲームの進め方)

ゲームのやり方として、単独投輪方法と交互投輪方法の2通りがあり、ルール原則に『負け後攻の原則』、『一期の原則』、『和の原則』を設けている。

☆単独投輪方式(参加者数の多い大会の予選向き)

【競技方法】

- (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構わないが、必ず片手で輪を持ち、投輪ラインの手前から投げる。その時両足は地面に接していなければならず、またラインを踏んだり、超えたりしてはならない。
投げ方に違反があった場合は、そのリングは無効とし取り除く。
- (3)無効リングによって、すでにポールに入っているリングが外れた場合は、外れたリングをもと通りポールに戻す。ただし、ワナゲ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、その都度リングを取り除く。
- (4)ワナゲ台の上に乗っているがポールには入っていないリングが、その後のプレーでポールに入った場合、有効得点となる。
- (5)得点は、9本全部のリングを投げ終わった後、次のプレーヤーが計算する。

【得点】

- ・ワナゲ台のポール下にある数字が得点となる。
- ・縦横斜めのいずれか1列にリングが入った場合は『一期の原則』により $15 \times 2 = 30$ 点数になる。
- ・全部のポールに1本ずつリングが入った場合は「上がり」(パーフェクト)で300点となる。

☆交互投輪方式(競技者だけでなく観戦者も十分楽しめる、大会の決勝向き)

【競技方法】

- (1)ジャンケンで勝った方が先攻(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)は投輪ライン付近の、投輪に支障ない場所に置く。
※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本ずつのリングを投げ終わり、互いの点数を確認した後、点数の低いプレーヤーには「アンカー権」が与えられる。同点であった場合は、アンカー権は施行されない『和の原則』。
- (4)得点は、アンカーリング投輪後に、互いの点数を確認する(相互審判)
- (5)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方が後攻となる。
- (6)1試合3セットマッチで、2セットで勝敗がついても試合は3セットまで行う。
- (7)勝敗は2セット以上勝った方が勝ち。同点の場合は総合点の高い方が勝ち。
それでも同点の場合は「一投勝ち」で決める。
※「一投勝ち」とは、各自1本ずつのリングを交互に投げ合い、点数の高い者を勝ちとする方法。それでも同点の場合は、勝負が決まるまで投げ合う。

【得点】

- ・単独投輪方式と同じ。アンカーリングにも『一期の原則』が適用される。