

# 【ドンパ・リレー】



キャッチング・ザ・スティックを使った種目です。1人2本のスティックを持ち、内側を向いて円陣を作り「トントン」のリズムに合わせてスティックを突き、「パッ」とスティックを左隣の人に渡し、素早く右隣の人からスティックをキャッチします。5人以上なら何人でも楽しめます。キャッチング・ザ・スティックより運動量は少ないので、体力に自信のない人でも楽しめます。

●人数 1チーム5人以上

●隊形 内側を向いて円形に並び、1人2本のスティックを両手で持ちます。

●用具 CG推進本部公認スティックを人数×2本使用)

●カウント

全員が落とさずにスティックをキャッチした回数をカウントします。連続して成功した回数が記録となります。

●ルール

- ・チームのリーダーが「せ～の」の掛け声を掛け、「トン、トン」とスティックを目の前で2回床に打ち突けます（「せ～の」の掛け声は最初の1回だけ）。
- ・打ち突けた後、2本のスティックを全員同時に左隣の人の前でパッと離し、素早く右隣の人から自分の前に置かれたスティックを2本キャッチします。この時点からカウントを開始します。
- ・カウントは全員が落とさずにキャッチできるたびに行います。
- ・1人でもスティックのどちらかを床に倒してしまうか、他のメンバーがスティックに触れ、支えた場合はその時点で終了となります。
- ・チャレンジは3回までとし、その中の最高記録をそのチームの記録とします。
- ・チャレンジごとのメンバーの並びかえは認められます。
- ・チャレンジ間の作戦タイム、休憩タイムは30秒以内とします。

●アウト

- ・「トン、トン」の時、1人でも床からスティックを浮かしていない人がいた時。
- ・次の人がキャッチしやすいようにスティックを押さえたまま手渡した時。
- ・「トン、トン、パッ」のテンポが遅すぎた時（最低1分間に96拍以上<10秒間に4回以上>の速さ）。