

【ロープ・ジャンピング10】



ロープに10人が順番に入り、10人全員が縄の中に入ったところからカウントをスタート。途中でミスをしないよう、ドキドキハラハラの緊張感が楽しめます。チャレンジ・ザ・ゲーム種目の中でも初期に開発されたなわとび種目で、運動量もあり、永く愛好されています。

- 人数 1チーム10人（補欠は2名まで可）
- 隊形 ロープの「回し役」2人がロープを持ち、「跳び役」10人が一列に並びます。
- 用具 チャレンジ・ザ・ゲーム推進本部公認ロープ
- カウント 全員が跳び始めた時点からカウントし、連続して成功した回数を記録とします。
- 競技ルール
 - ・競技時間はスタートの合図から3分間とします。
 - ・スタートの合図でロープを回し始めます。「跳び役」となる10人は、左右どちらか一方からひとりずつロープの中に入っていき跳び続けます。この時、間を空けて入っても構いません。
 - ・10人目が加わり、全員が跳んだ時点からカウントを開始します。
競技時間内で失敗した場合は、何回でもチャレンジすることができます。
 - ・競技時間内での最高記録がそのチームの記録となります。
 - ・競技時間（3分間）が過ぎても、全員そろって跳び続けている場合は、失敗するまで競技を続行できます。
この場合、失敗した時点で競技終了となります。
 - ・競技時間内でのロープの「回し役」と「跳び役」の交替や並び替え、作戦タイム、休憩は認められます。
- アウト「跳び役」が一斉に跳び始めたとき。