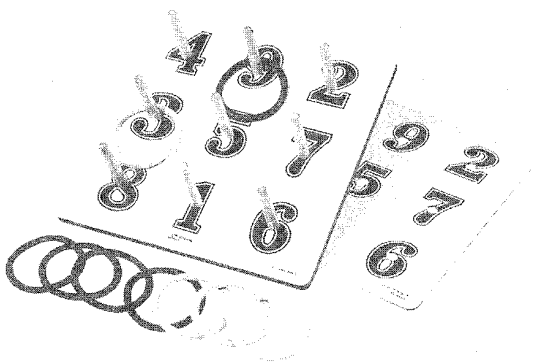


公式ワナゲ

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、斜のいずれかの和（+）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しました。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。

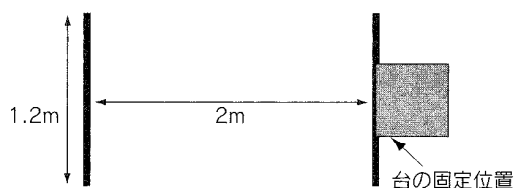
用具

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



場所（コート）

☆屋外・室内を問わず、平たん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。



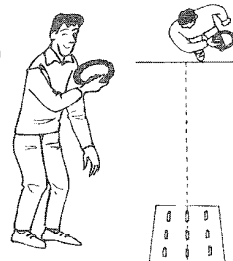
人数

- ☆〈単独投輪方式〉1人～何人でも
- ☆〈交互投輪方式〉1人対1人

リングの投法

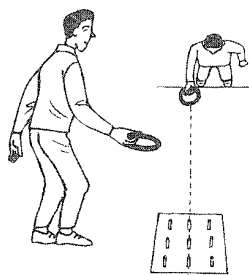
【サイドフリップ投法（横投げ）】

リングを地面に対して平行に保ち、足を前後に、肩幅よりもやや広くとり、サイドスローで投げる方法。この方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（利き腕側の足を一步引く姿勢をとるのもよい）。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。



運動量	★
技能	★★★
準備	★★

ルール（進め方）

ゲームのやり方として、単独投輪方式と交互投輪方式の2通りがあり、ルール原則に「負け後攻の原則」、「一期（いちご）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、越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て取り除く。
- 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、すでにポールには入っていないリングが、その後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。（相互審判）

☆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15×2=30の点数になる。全部のポールに1本ずつリングが入った場合は

30点× 3 列	90点
他得点	4点
総合計	94点

（スコア記入例）

「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（アンカーリングと呼ぶ）は投輪ライン付近の、投輪に支障のない場所に置く。※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。
- ④ 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」。
- ⑤ 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）。
- ⑥ 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「負け後攻の原則」。
- ⑦ 勝敗は、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。
- ⑧ ゲームの進行上、勝敗が必要な場合は「一投勝ち」で決める。※「一投勝ち」とは、各自1本ずつ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である。それでも同点の場合は、勝敗が決まるまで投げ合う。

☆得点

- 得点の数え方は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。

名前 セット	川西	峰
1	赤(○) 31	赤(○) 5
2	黄(△) 11	赤(○) 11
3	赤(○) 6	赤(○) 32
総合計	48点	48点
勝敗	1勝1敗1分	1勝1敗1分
一投勝ち	7	2

（スコア記入例）