



東大阪アリーナ presents

「挑-IDOMI-2026」

2026年10月10日（土）

種 目

大縄跳び

【競技内容】

チーム数	12チーム	1チーム人数	10～25名
受付時間	9 : 00 ~ 9 : 20	表彰式予定時間	16 : 30 ~
競技会場	東大阪市立総合体育館（東大阪アリーナ） 大アリーナ		
試合クラス	チームオープン ※男性のみ、女性のみ、混合チーム、どれでも出場可能です。		
試合時間	各試合3分		
参加資格	中学生～80歳までの健康な方		
試合形式	【予選リーグ】 競技時間3分×2試合 予選グループ3チームが同時に3分の競技をスタートする。 グループごとに試技を行い、それを2周行う。 【決勝リーグ】 競技時間3分×2試合の順位リーグ戦（1位リーグ、2位リーグ、3位リーグ） 1位リーグの上位2チームは決勝へ進む。		
競技ルール	跳び手は最低8人、最高10人とする。 跳び手全員で一度に飛んで、その時点から跳躍回数をカウントする。 3分間で跳躍し、最高連続回数を出す。3分間の中であれば何回チャレンジしてもOK。 ※3分内でスタートしたものは最後までカウント スタートの方法や回し手と跳び手の交代は自由 決勝リーグはポイント制とする。 ＜跳び手の人数×連続跳躍数＞の2試合合計で順位を決定 例：A1回目：10人×30回＝300P、2回目：10人×10回＝100P B1回目：8人×40回＝320P、2回目：10人×10回＝100P A：300+100＝400P B：320+100＝420P 結果：Bの勝ち ※跳び手の人数は自由に変更することが可能		
準備物	・ユニフォームに規定はございませんが、できる限り統一感のあるものを推奨いたします。 ・室内用運動靴をご持参ください。 ※靴裏が紺色か白色のものをお願いいたします。		