

キャレット君

創刊号

NPO法人カーレットジャパン協会

競技会の企画と運営

カーレットには、様々な人との触れ合いと共にゲームの結果に基づく楽しさがあります。勝った楽しさ、狙ったショットのできた楽しさ、思いもよらないショットができた楽しさ等々、人それぞれに感ずる楽しさがあります。現在の力試しや、新しい仲間づくりに『競技会』を企画してみませんか？



競技会の例としては、ゆめクラブ(老人会)対抗戦、趣味の集団イベントゲーム、クラブ(支部)対抗戦、クラブ内競技会等、身近な大会の例が考えられます。

『競技会の開催』というとなりに思われませんが、習うより慣れよ！と言われるように、一度開催すると案外に簡単なものです。

用具の貸し出しや大会の運営など、協会としての支援も致します。まずは協会迄ご連絡ください。

安全対策



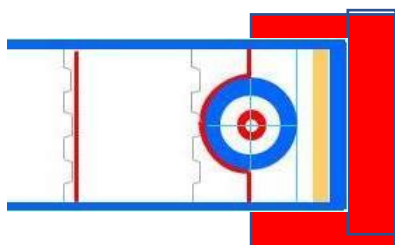
カーレット競技は身体的な負荷は少なく、他の人との接触もありませんので、大きな事故の起こる心配はないように思います。しかし、万が一にも事故が起こると、負者だけでなくその競技会(練習会)を主宰した団体や、一緒にプレーした人も少なからず心理的負担を負うことになります。

カーレットは楽しいもの！でも事故があると楽しさもなくなってしまいまね。

そこで、どの場面でも、事故を未然に防げるように工夫していただきたいものです。

その一歩として、下図の赤枠の中には『指導員以外は入らないこと！』を徹底し、指導・体験に努めてください。

特に、子供にとっては『ヒットアウトする楽しさ』がカーレットの魅力の一つで、パワーショットが多用される傾向にあります。パワーショットはエプロンやセーフディッチを越えてストーンが外に飛び出すことがあります。パワーショット場面では特にご配慮をお願いします。



- 参考 -

指導・体験場面の違いによる工夫例

カーレットは動作が単調で、ストーンも300gと、年代や性別、身体的な障害の有無、運動の得手不得手などに左右されることなく誰でもできるため、目的によっていろいろな団体が手軽に取り組みやすいといった特色があることは皆様ご存知かと思えます。

体験会等開催可能性の場

目的例	対象例
活動グループ形成	子供会・老人会・自治会・企業福祉活動・総合型スポクラブ等
Newスポーツ周知	地域お祭り・スポ推進委○○デー・学校PTA○○デー・卒、入学記念大会等
身体活動機会の増大	スポ推進委、体協主催○○体験会・チャレンジデー出前講習会等

しかし、団体の特徴や目的によって体験の方法やゲームなどを変化できる点もカーレットの特徴ですね。最終的には正規のルールで行えるようにすることは言うまでもありませんが、そこまでの過程ではいろいろな工夫によって多くの人に楽しんでもらえ、一段と興味が増すものと思えます。

指導・体験の場の違いによる工夫例

集団の特徴	場の例	工夫の例
特定小集団	練習会 講習会	・3対3正規ルール ・実力差の尊重編成
特定大集団	多数人数講習会	・一人1投ゲーム ・6対6,9対9等構成員増
不特定大集団	お祭り スポーツイベント	・1対1の3投ゲーム ・ハウス内得点換算 ・15対15の1投ゲーム

例えば、スポ推進委が開催するNewスポーツ紹介イベントなどの場合、一般市民が不特定に参加されます。そのような時に、正規ルールでゲーム体験を最初から取り入れる事には無理があります。ストレートショットができれば、同じように参加された見知らぬの人と『1対1での3ショット対決！』でも楽しめるのではないのでしょうか。楽しさを感じていただければ、また体験したいという感情が沸き、そのうち虜になって、複数回の体験をされる方が大半です。そうなれば、FGZルールも入れ、正規ルールに近づけることで、更に興味が沸き、奥深さを体験されることになります。



正規の形にとらわれず、集まった方々の特徴を理解し、楽しめ・満足される方法を工夫することが普及にとって重要なこととなります。

創造性の発揮場面です。脳の柔軟性を発揮してください。

WAXの使用について

カーレットのシートはストーンが良く滑るようになって
います。が、WAXをつけると、もっと滑ります。

競技会では、最初にある程度均一な滑り状態にして
競技が開始されます。選手の中には、友好的に他の人の
のために、全てのストーンにWAX掛けをしてくださる人
もいます。29年からは、ストーンの滑りの管理を競技
者自身に委ねることとし、競技会に於けるWAX使用に
制限が加わりました。

①使うストーンの選択(赤・青)を競技開始5分前ま
でに済ませておくこと

②その後自分の使うストーンにWAX使用が許可
という形式になりました。

これによって競技開始5分前には両
チームのトス(ジャンケン)がなされ、
そののちの5分間が公式練習時間
になります。

競技会に出場されながら『競技員』の任を務められ
る方には時間的な無理強いをお願いすることになりま
すが、ご理解の程、お願いいたします。

また、定刻になりましたら、両チームのキャプテンさん
には主体的にトスをし、先攻・後攻やストーンの色等を
決めていただくなどのご協力をお願いします。

カーレット技術論1

『どうしたら上手なショットができるのだろうか?』

—狙いのショット技術を完成させるために—

○スパットの活用と予備動作

○紐を利用した指導法

ショットの基本は腕を真直ぐに伸ばすことです。真直ぐ
に伸ばされた腕から放たれたストーンもまた真直ぐに滑
っていきます。このことに着目すれば、『習った場所にシ
ョットする』ためには、『狙う場所とショット開始点を直線
で結び』、『通過するスパットを見つける』ことが大切になり
ます。ここにずれがあれば当然ショット結果にも狙いと
のずれが現れます。

次に、開始点と通過スパットを結ぶ直線上を数回の大
きな動作での予備動作を繰り返します。この予備動作で、
直線上を確かに真直ぐストーンが動いていることを確か
めたら、この動作を止めずにそのまま腕を伸ばし切れば
『希望のショット(滑投)』になります。

この①『スパットを通す』 ②『数回の予備動作』

③『開始点とスパットを直線で結ぶ』

④『腕を伸ばし切る』

ことがショットのポイントです。

講習や練習時にはこの4点の動作チェックすることが
特に重要になります。動作チェック法にも工夫が必要で
す。また、通過スパット発見法として練習時に『紐』等の小
物を活用する工夫も重要な指導法(練習法)です。

追: 複数ショットコース発見にも有効な手段です。

クラブ(支部)紹介

文京クラブ(東京都)



会長: 竹中芳郎氏 第2回東洋大学白山哲理塾長杯

当クラブは東洋大学を全体練習場とし、大原、汐
見、向丘、江戸川橋、コーシャハイムの地域ごとに
練習会を設定し、週6回、各会場で2時間の練習をし
ながら楽しくプレーしています。

おかげさまで同じ地域で知り合いがたくさん増え、
カーレット仲間とカラオケ、会食等、プレー以外でも親し
く交流しています

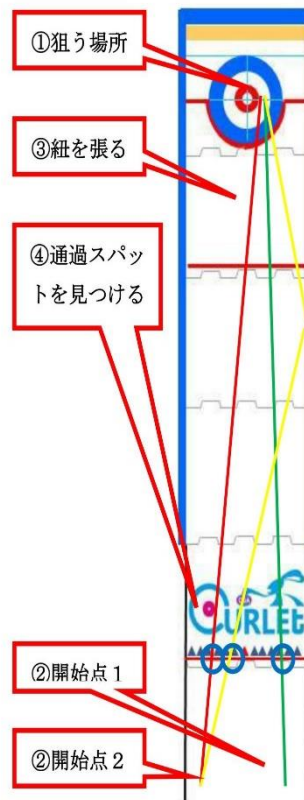
— 主な活動 —

7月 親睦地域対抗戦(大原地域活動センター)

10月 根津神社下町祭り 800人体験(根津神社)

11月 第2回東洋大学白山哲理塾長杯(東洋大学)

文の京子供祭り 1000人体験(教育の森)



①狙う場所を決める。

②ショット開始点を決める。
※この場合は3つの方法を見つけています。左右からの
ストレートショットと左からの
クッションショットです。

③各ショットの開始点と狙う
場所を紐で結びます。
(クッションの場合はクッシ
ョンポイント)

④通過スパット付近の正確な
場所を見つけます。

⑤開始点とスパット位置とを
往復する予備動作の実施

⑥ショット

※練習時以外は紐を使えま
せん。開始点にストーンを置
き狙いポイントとストーンを結
び、通過スパットを見つけて
ください。あくまでも紐はそれ
までの補助用具です。