



ディスコンの由来
 少年自然の家で、クラフト活動に使用するコースター（木を輪切りにしたもの）から発想し、1997年（平成9年）に完成した、日本で生まれたスポーツです。
 ディスク（円盤）と、コントロールを合成して、ディスコンと名付けられました。美麗・コンパクトで楽しいので、プリンス・オブ・ニュースポーツと呼ばれています。

**いつでも、どこでも、だれでもすぐできる
 簡単なようで奥が深い
 ドラマチックな競技展開にみんなが熱くなる
 常備携帯できて、人生が楽しくなります**

ディスコンって、どんなスポーツ？

赤と青の2チームに分かれて、1チーム6枚の円盤を投げ、どちらがポイントに近づいているかを競う簡単なスポーツです。初めての方でもヘテランと対等に競技を楽しむことができます。観客も、空飛ぶディスクの姿に驚嘆して、応援が盛り上がります。

- 総重量（1試合分）950g
- 年齢・性別を問わず、男女、障がい者、外国人、外国人選手も参加できます。
- 1人対1人の個人戦から、6人対6人の団体戦まで競技できます。
- 室内外を問わず、会場が広さを問わず、楽しめます。
- 3歳以上の小学生が楽しめます。
- 安全な競技で、観客も楽しめるスポーツです。

- ◆ 子ども会、青少年団体、町内会、高齢者学級等のレクリエーション活動に、
- ◆ 勉学や勤務、会議等の気分転換に、
- ◆ 親睦や仲間づくりに、
- ◆ 健康や体力づくりに、いかに最も適当です。
- ◆ 人生に感動を呼び起こし、団体の活性化に、

用意するもの

- ディスコン
赤と青の表裏異色の円盤です
1試合で12枚用います
- ポイント
黄色の円盤です
1試合に1枚用います

ポイントからどのディスコンが一番近いかを決定するときに使用します。表示されているように、どの色が一番近いかに注目してください。各チームの獲得点数を記入します。



ディスコンセット（1試合分）価格 12,000円
 ディスコン12枚 ポイント2枚（1枚は予備）
 ディスコンバッグ

お問い合わせは
日本ディスコン協会
 〒703-8266
 岡山市湊296-6 ☎FAX 086-277-0805

ゲームの方法

競技人数と投盤数

競技にはディスコン12枚と、ポイント1枚が必要です。
 2チームで競いますので、各チーム6枚のディスコンを投げます。

■ 個人戦	1人	6枚
■ 団体戦 1チーム 2人の場合	1人	3枚
3人の場合	1人	2枚
4～5人の場合	1人	1枚
（残りは誰が投げても良い）		
6人の場合	1人	1枚

進め方

- ①最初にじゃんけんでチームの色（赤か青）を決めます。勝った方が赤チームです。
得点係は、得点票にチーム名を記入してください。
- ②次に、赤チームの1人がポイント（黄）を3～15mの範囲内に投げ、つづけてディスコン1枚を赤面を上にして投げます。

※ この時、ディスコンがひっくり返って青になった場合、つづけて赤チームがポイントに青ディスコンより近づくまで投げます。（絶えずポイントに1番近いディスコンより遠い色のチームが投げます。）

- ③次に、青チームが投げます。
- ④つづいて同様に、ポイントに1番近いディスコンよりも遠いチームが、それよりも近づくまでつづけて投げます。
- ⑤どちらかのチームがディスコンを全部（6枚）投げ終わったら、もう一方のチームは、残りのディスコンを投げても、投げなくてもかまいません。

※ 残りのディスコンを投げたために、追加得点できる場合も、逆転自滅する場合があります。

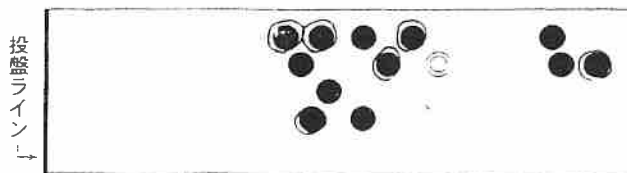
- ⑥これで1インギングの終了で、採点に移ります。
得点は、ポイントに一番近い相手のディスコンよりも、何枚近づいているかを数えます。
- ⑦数えた数だけ、得点票に○をつけます。
- ⑧つづけて次のインギングを始めます。負けたチームからポイントを投げ、始めます。
- ⑨早く11点獲得したチームの勝ちです。

※ 競技時間等の都合で、終了得点数を少なくすることもできます。

【例】早く7点獲得したチームの勝ちとする。等

採点の方法

パターン1 ◎ ポイント ● 赤ディスク ○ 青ディスク



この場合は、赤 (●) が青 (○) より2個ポイント (◎) に近いので、赤チームの2点勝ちとなります。

パターン2



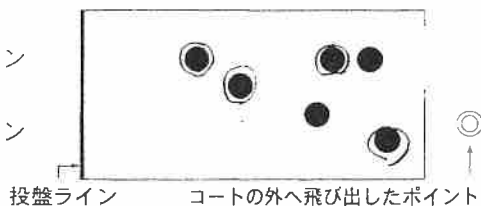
この場合は、ポイント (◎) に接している赤 (●) ・青 (○) のディスクは等距離なので除外し、次に近いのは、下方の青 (○) であるから、青チームの1点勝ちとなります。

パターン3

手持ち赤ディスク



手持ち青ディスク



この場合は、投げたディスクがポイントに当たり、ポイントがコート外へ飛び出たもので、この時点でこのイニングは終了し、手持ちのディスクの差で採点します。

青ディスク(4) - 赤ディスク(2) = 青(2)

よって、青チームの2点勝ちとなります。

同数の場合は、ノーゲームとする。

パターン4

投げたディスクがコート外へ出た場合は、この出たディスクを無効とし、審査員がこのイニング中、没収します。

※ 他のコートの邪魔にならないように、審判員はすぐに没収すること。

反則・注意

- ◆ 投げるとき、投盤ラインを踏んだり越えた場合は、相手チームに1点増点する。
- ◆ 投盤者は、30秒以内に投盤しなければ、1枚無効とする。
- ◆ イニング途中で、コートの整備はできない。
- ◆ 投盤順を間違えないように注意する。
- ◆ 一度投げたディスクの投げ直しはできない。
- ◆ 距離を測定するときに、ディスクやポイントを動かさないよう注意する。
- ◆ 審判員はコート内で、投げられたディスクに当たらないように注意する。

その他

- ◆ ポイントがディスクに当てられたり、自然の作用(風等)で移動した場合は、そのまま移動先の位置から測定する。
- ◆ 直線距離で競う。
- ◆ 等距離や判定の困難な場合は、その次に接近しているディスクで競う。
- ◆ ディスクが立ってしまった場合は、中立・ノーカウントとする。
- ◆ ディスクが破損した場合は、本体部分(大きい方)で測定する。
- ◆ コートの設定には、場所・環境や投盤方向等をよく考えること。
- ◆ 理想的なコートは、投盤ライン(間口)5m、奥行15mの長方形とするが、競技者(年齢・体力・性別等)や会場の広さ等により、コートや投盤距離を設定することができる。
- ◆ その他の問題点は、両チームの了解・納得のもとに進行する。
- ◆ 親睦事業の際は、『反則・注意』については、厳密に適用しないで、なごやかな運用に配慮しましょう。

ディスクは、平成9年に日本で生まれた
ニュースポーツです。

お問い合わせは

日本ディスクン協会

〒703-8266 岡山市湊296-6 ☎・FAX 086-277-0805