

カヌーポロ 選手養成教室

初心者大歓迎!



講師

金島 長規 (かなしま たけのり)

- 元カヌーポロ 日本代表 (キャプテン)
- 公益財団法人日本スポーツ協会 (JSP0)
(公認スポーツ指導者カヌーコーチ3)
- 地元カヌーポロチーム『音水レイカーズ』指導者

- 日 程** 令和8年4月中旬～10月下旬(予定)
- 場 所** 音水湖カヌー競技場(引原ダム)ほか
- 対 象** 小学生以上 ※大会参加は年齢制限あり
- 定 員** 30名
- 参加料** 市内 2,000 円/年間 (中学生以下は半額)
市外 4,000 円/年間 (中学生以下は半額)
- 申込締切** 令和8年8月31日 ※定員になり次第終了
- 準備物** 着替え・タオル・飲料・昼食 など
(カヌーポロ用具類は主催者で用意)

その他
未就学児の参加希望、1日体験や見学をご希望の方は事務局までお問合せください。
カヌーポロ競技の詳細は裏面をご覧ください。



《 日 程 》



- 教室 [4月～10月 (毎週末予定)]
— 乗艇練習・練習試合 など
- 地元大会 [5月17日(土)～18日(日)]
「第8回音水湖カップカヌーポロ大会」
- 国内大会 [7月～11月]
— 参加希望者のみ
あわらカップ (福井県)
[8月22日(土)～23日(日)]
岡山カップ (岡山県)
[11月頃開催予定]

※日程は変更する場合があります。
大会参加は年齢制限があります。



《主催》

宍粟市音水湖利活用推進委員会

> 問合せ・申込先

宍粟市波賀市民局まちづくり推進課
〒671-4221 宍粟市波賀町上野 257 番地

TEL : 0790-75-2220 / FAX : 0790-75-3599
✉ ha-machizukurisuishin-kk@city.shiso.lg.jp



きりとり

カヌーポロ選手養成教室 申込兼誓約書

令和 年 月 日			
私は、自分自身の健康管理には細心の注意を払い、万一事故等があった場合は、全て自己(未成年の場合は保護者)の責任において処理し、主催者に対して一切の迷惑をかけたことを誓います。			
ふりがな		住 所	〒 -
氏 名			
生年月日	年 月 日 (歳)	カヌー 経験の有無	なし ・ あり (カヌー歴 年)
保護者 氏 名		連絡先 携帯 TEL 等	

カヌーポロ -Canoe Polo-

カヌーポロとは？

起源はドイツ、イギリスといわれており、日本でも競技者人口が増えています。

カヌーポロは1人乗りのカヌーに乗ってボールを使う、ハンドボールとバスケットボールを合わせた競技で高さ2mのゴールにボールを入れ合います。カヌー同士が激しくぶつかり合うことから「水上の格闘技」と呼ばれています。

2018年アジア大会カヌーポロ競技（公開種目）で男子日本代表が優勝し、翌年の2019年アジアカップも優勝されています。

宍粟市では競技艇などの道具類からカヌーポロコートまで整備し、2025年に日本選手権大会を開催するなど、カヌーポロ競技の普及を行っています。

主なルール

選手数	1チーム8名（コートには5名が入り、交替は自由）
試合時間	前後半10分、計20分。同点の場合は5分ハーフの延長戦を行う。
試合開始	コート中央にボールを投げ入れ、両チーム1名の選手が取り合う。
得点方法	相手ゴールにボールを入れた場合に得点（1点）が与えられる。
キーパー	ゴール下でパドルを高く上げた選手がキーパーになる。
主な反則	<ul style="list-style-type: none">・危険なパドル操作：パドルで相手の手や身体をたたく行為・ホールディング：相手の身体や衣服、艇をつかまえる行為・危険なタックル：相手カヤックの横から激しくぶつかる行為・キーパーチャージ：キーパーにカヤックをぶつける行為・5秒ルール：5秒以上ボールを保持する行為・ショットクロック：60秒以内にシュートをしなければならない
カード	・グリーンカード、イエローカード、レッドカード全て2分間退場

ここに注目！

◆試合開始のボール取り

スピード自慢の選手が1対1で対決！

◆パスをつなげてまわして、最後はシュート

いつでもどこでも手元に届く正確なパス！

◆カヤック同士は激しくぶつかりあう

体に触れてはダメだけど、カヤック同士はOK！

◆ゴールに近づけば、いつでもゴールを狙う

ゴール下はもちろん、ゾーンの外からもシュートOK！

