

5人10脚

専用用具に足をつなげて、仲間と息を合わせてどれだけ早くゴールできるかを楽しむ。

【人数】1チーム5人

【隊形】両足首を専用用具に固定し、腕や肩を組んだ状態でスタートラインに待機する。

【用具】CG推進本部公認の専用用具（むかでベルト）

【カウント】スタートの合図から先頭の1人の片足がゴールラインを越えるまでのタイムを計時。

■ ルール ■

- 審判の合図でスタート。
- 20m先のゴールラインを先頭者の片足が越えた時点のタイムを競う。
- チャレンジは3回までとし、その中の最高記録をチームの記録とする。
- チャレンジごとのメンバーの並び替えは認められる。

● アウト

- むかでベルトが外れた時。
- 1人でも足の裏以外の部分が地面についた時。
- スタートから1分以内にゴールできなかった時。

■ 審判法 ■

● 主 審

- 開始時に「よーい、スタート」のコールを行う。
- アウトの判定を行う。失敗や失格行為などがあった時、笛などでアウトのコールを行う。

● 副 審

- スタートのコールと同時に競技時間を計測する。
- 先頭の1人の片足がゴールラインを越えた時に計時を停止させる。
- スタートから1分経過した場合「タイムオーバー」を主審に知らせる。

●審判員の位置

- ★ 主審 ○ プレイヤー
☆ 副審

