

バー・ジャンプ

1 概要

日本レクリエーション協会が推進する記録挑戦企画「チャレンジ・ザ・ゲーム（CG）」の1つとして、特別の体力や技術が必要なく、誰もが楽しめるようなレクリエーションスポーツとして提案されました。（2013年現在の「チャレンジ・ザ・ゲーム」種目ではありません。）

3人1組でバーを持ち、回るロープを跳び抜けていき、4組がミスなく連続して跳び抜けた回数の記録更新を目指します。

2 用具

- ・CG推進本部公認ロープ（長さ5m）
- ・バー 4本（1.2m）



3 場所

平坦な地面、床が適しています。

4 人数

原則として14人で構成します。このうち2人はロープの回し役になります。

5 ゲームの進め方

- (1) 回し役以外の12人が3人1組で4組作り、1組につき1本のバーを持つ。
- (2) 3人組は横1列でバーを持ち（真中の人は必ずバーを両手で持つ）、ロープを正面にして4組が並ぶ。
- (3) 回し役の2人はロープを回す。
- (4) 1組ずつロープの中に入りジャンプを1回してから抜け、カラ回しを1回したあと、次の組がロープの中に入る。
- (5) ロープを抜けるときは、回し役のまわりを八の字に周回する。
- (6) ロープにかからずに1組が跳び抜けるごとに1回と数え、ミスなく連続して続いた回数をチームの記録とする。
- (7) チームごとに競う場合は、チャレンジの制限時間を設けるとよい。
- (8) 正式にチャレンジする場合、競技時間は3分とし、3分以内ならば何度チャレンジしてもよい。3分が過ぎてもミスなく跳び続けている場合は、失敗するまで続行できるが、失敗した時点でチャレンジ終了となる。チャレンジごとの役割交替・メンバーの並び替えは可能。バーから手を離したり、同時に2組以上ロープへ入った場合は失格となる。