

さらに
こんな
魅力も!

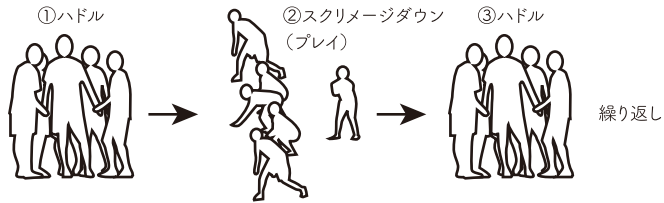
POINT② 身体能力だけではなく
戦略で勝つスポーツ!

両チームとも毎プレイ毎に、
「ハドル」と呼ばれる作戦会議をします。

相手はどんな
攻撃をしてくるかな?



フットボールは“準備のスポーツ”とも呼ばれており
対戦相手の分析と戦略が重要になります!



事前にビデオを見て
対戦相手を研究して、
みんなで作戦を立てるよ!



WHAT IS TOUCH FOOTBALL !?

アメリカンフットボールから防具とタックルをなくした
女子でも安全にプレイできる新しいスポーツです。

タッチフット
紹介冊子



タッチフットがオススメな理由 3ヶ条

- 1 個性を活かせるから全員に活躍のチャンスがあり、
- 2 身体能力だけではなく、頭で戦えるスポーツで、
- 3 競合が少なく、日本一を目指しやすい!

詳しくは次ページから!

タッチフットの秘密大公開!

POINT① ポジションがたくさんあるから
自分の強みを活かして活躍できる!

バスケ、バレー、ソフト、サッカー、陸上 etc...
 様々なスポーツ経験を活かせるポジションがあります!

運動未経験でも、全員に活躍のチャンスがある!

球技が苦手でも、走るのが速くなくても!

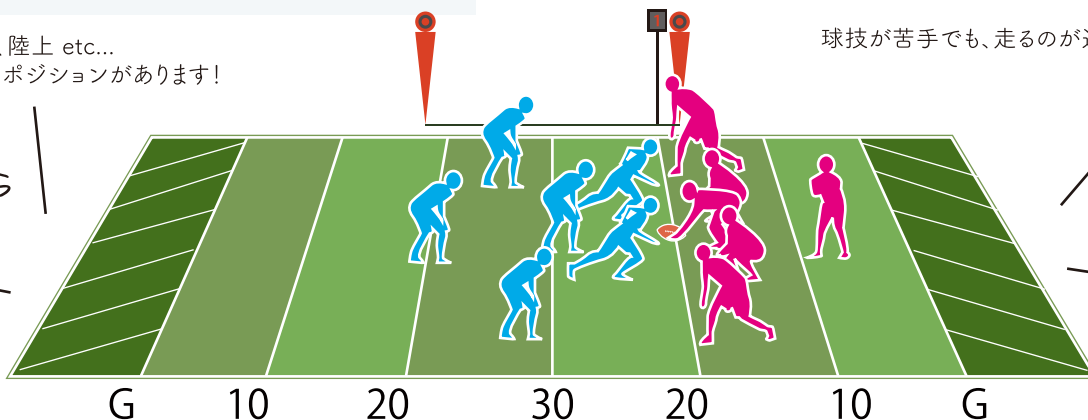
他にも・・・
 キックする
 ポジションも!



全員が初心者からのスタート!

アメリカンフットボールの面白さを安全に楽しめる!

一部のポジションをご紹介します!



オフェンスポジション①

QB (クォーターバック) チームの司令塔。
 ボールを投げたり、走ったりします。



こんな人におすすめ

- みんなの中心になることが多い
- 作戦を考えるのが好きだ

オフェンスポジション②

C (センター) プレイ開始のスナップを出します。
 パスもブロックも欲張りしたい人に。



こんな人におすすめ

- いつでもマイペース
- 職人肌

オフェンスポジション③

G (ガード) 縁の下の力持ち。
 QBをラッシャーから守ります。



こんな人におすすめ

- パワーがある
- サポート役が好きだ

オフェンスポジション④

WR (レシーバー) ロングパスを華麗にキャッチ。
 パスオフェンスの要。



こんな人におすすめ

- 走るのが好き
- キャッチが得意

POINT① マイナススポーツだから、知っている人はお得。

全員に日本一のチャンスがある！

全員初心者からのスタートで、競合チーム数が比較的少ないので、誰にでも大舞台上で活躍できるチャンスがあります。



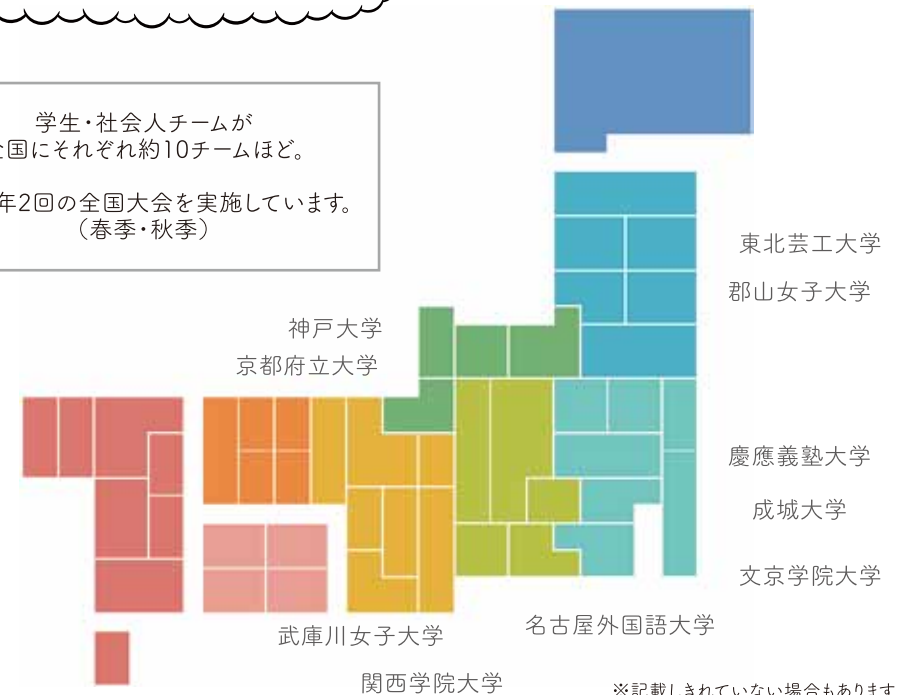
さらに詳しい
ルールはコチラ！



jtfa-ladies-west.com

タッチフットの日本一決定戦は
「横浜スタジアム」や「東京ドーム」で実施するよ！

学生・社会人チームが
全国にそれぞれ約10チームほど。
毎年、年2回の全国大会を実施しています。
(春季・秋季)



※記載しきれない場合もあります

冊子の作り方

- ① A4両面印刷で出力します
- ② 図のように山折します
- ③ 重ねてホチキスなどで留めてください



試合の進め方

ダイジェスト版!

基本的には、アメリカンフットボールのルールに基づいています

1 キックオフ!

- ・ ボールを蹴って、キャッチしたプレイヤーがタッチされた地点からオフェンス側の攻撃が始まります。



2 25秒間の作戦タイム(毎プレイごと)

- ・ プレイ開始前に毎回25秒間の作戦タイムが設けられます。この時間を「ハドル」と呼びます。



3 攻撃チームのオフェンス

- ・ 4回の攻撃権が与えられます。
- ・ 攻撃側が4回以内に10ヤード以上進めなければ、攻守交代。
- ・ 4回以内に10ヤード以上進めると、さらに4回の攻撃権が与えられます。



ここまで進められれば「フレッシュ」獲得 = さらに4回攻撃可能

10ヤード

4 タッチダウン! + 追加点のチャンス

- ・ エンドゾーンにボールを運ぶと「タッチダウン」で6点入ります。
- ・ さらに「トライフォーポイント」を成功させると、追加点がもらえます。
- ・ 得点後はまたキックから試合再開し、守備側の攻撃となります。



エンドゾーン内にボールが入ればタッチダウン!

試合終了時に得点の多いチームの勝利!