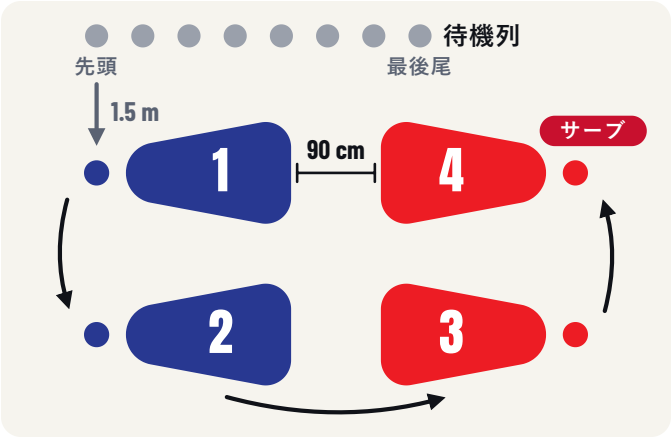
クイックスタートガイド

HANTIS

フリースタイル ● 4人がプレー ● 最大8人が待機 テニスボール1個

1 準備

● ● 同じ色＝味方 ● ●

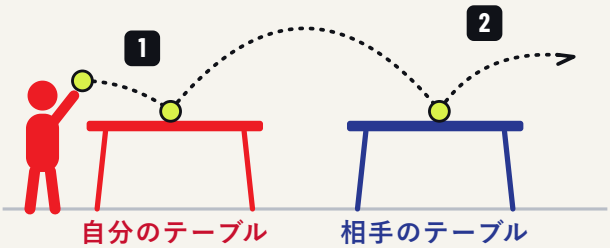


同じ大きさのテーブル4台、間隔は90 cm。
1台に1人。待機列はテーブルから1.5 m離れて。

2 サーブ

テーブル4

テーブル4がサーブ。テーブルの後ろに立つ。
トスしてから打つ。投げるのは禁止。



まず自分のテーブル → 相手のどちらかへ

ミス？ **テーブル4にいる間、やり直しは1回。**
2回ミスでアウト。

3 ラリー

ボールが相手チームのプレーヤーかテーブルに触れたら、カウントはリセット。

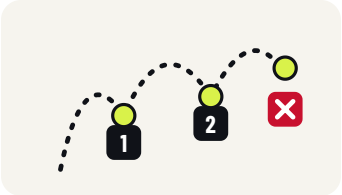
最大 **2** **回ヒット**
1人につき。
体のどこでもOK

上げて → 打ち返す。パスもOK。

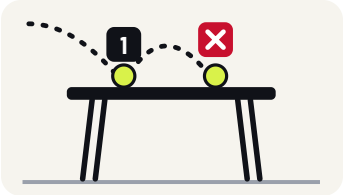
最大 **1** **回バウンド**
自チームの各テーブルで

同じテーブルで2回＝アウト。

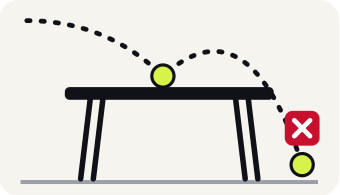
4 こんなときはアウト



3回目のヒット



2回目のバウンド
同じテーブルで



自分の体かテーブル
→ そのあと地面

捕る・持つ

5 ローテーション

アウト → 列の最後尾へ。
空いた所へ後ろの人が詰める。

1から入って、4を目指す。

例：テーブル3がアウト

公式ルール
hantis.net/ja/rules

テーブルに乗らない。 • 判定に迷ったら、やり直し。

裏面でレベルアップ →

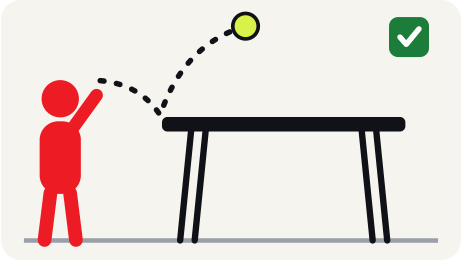
レベルアップ

6 エッジルール　7 ドリブル　8 Xファクター　9 ダブル　10 競技モード

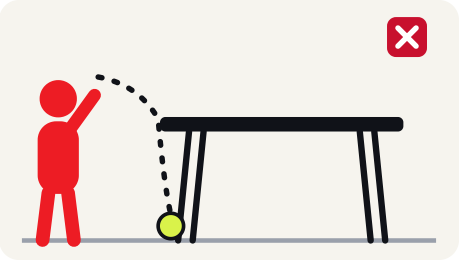
HANTIS

6 エッジルール

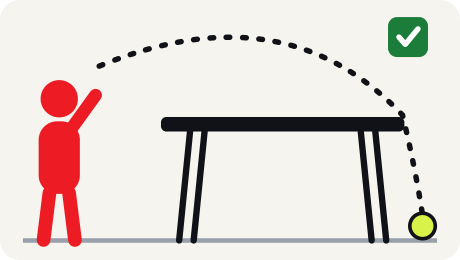
早わかり　上を通ってからエッジ → 当たり。直接エッジ → 上に跳ねたら当たり。



手前のエッジ → 上へ
テーブルに当たった扱い



手前のエッジ → 下へ
当たっていない扱い：アウト



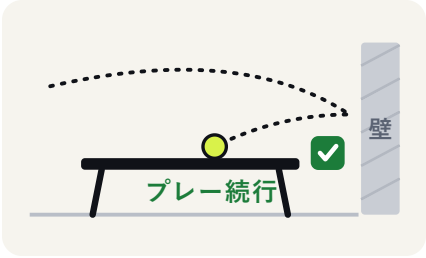
奥のエッジ → 下へ
テーブルに当たった扱い

7 ドリブル

左右交互に相手のテーブルへ。
相手のテーブルで弾むたびにカウントはリセット。続けよう。

守備　いつでもカットしてOK。

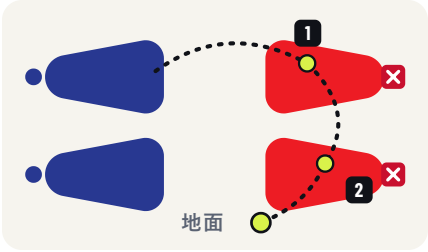
8 Xファクター



壁、天井、テーブルの脚：プレー続行。
中立。ただしカウントはリセットされない。

止まった？　最後に触れた人がアウト。

9 ダブル



1本のショットが相手の2台に当たり、地面へ。
途中で誰かが触れたら、ダブルではない。

フリースタイル　2人ともアウト
競技モード　2ポイント

10 競技モード

2人1組の固定チーム・待機列なし・アウトの代わりにポイント

21
点先取・2点差
1・3・5・7セットマッチ。時間がなければ15点か11点で。

5
本ずつサーブ
その後、サーブは4人全員に順番に回る：
A — C — B — D

10
コートチェンジ
10ポイントごと：10、20、30…

2
ダブルの得点
2ポイント。ただし使うサーブは1本だけ。

- **アウトはすべて相手のポイントになる。**
- **サーブミス＝相手のポイント。**やり直しは相手のセット・マッチポイント時のみ1回。
- **セットポイントは、追う側が同点までサーブ。**
- **最初のサーブはじゃんけんで。**次のセットからは交互。

触ったら、正直に。　•　もめたら、ポイントをやり直し。

公式ルール：HANTIS.NET/JA/RULES