

ポッチャは、どれだけボールを的(ジャックボール)に近づけることができるかを競うシンプルな競技です。子供から高齢者まで、男女を問わず、障がいのある方も参加できるスポーツです。ボールは投げて、蹴っても、転がしても大丈夫です。また、ボールを転がす補助具を使うこともできます。

1 用具

- (1) ボール : ①ジャックボール(的球) ②赤ボール ③青ボール
※いずれも、周長:270mm±8mm以内、重さ:275g±12g以内(大きさと重さが決まっています。)
- (2) コート : 幅6m、長さ12m(通常のバドミントンコートと同じ大きさ)
※カーリングと同じように、同じ方向を向いてボールを投げ合いますが、相手のボールを弾いたり、的(ジャックボール)を弾いて移動させることもできます。

2 ゲームの進め方

- (1) 各選手(ペアやチーム)は、それぞれ6個ずつ(赤もしくは青)のボールを投げ合います。
- (2) 第1エンド(試合開始)は常に赤ボールが先攻となります。
(以降、偶数エンドは青ボール、奇数エンドは赤ボールが先攻)
- (3) 先攻側が、最初に、的になるジャックボールを投げて、続けて1投目を投球します。
- (4) 次に、後攻側が第1投目を投球します。
- (5) 以降、ジャックボールからより遠い位置にあるボール側の選手が次に投球し、それを繰り返します。
(赤が青よりもジャックボールに近い場合は、青に交代、遠い場合は青よりもジャックボールに近くなるまで、赤が続けて投げます。相手よりもジャックボールに近づかないと交代できません。)
- (6) 赤、青ともに6個ずつ投げた時点で得点を計算します。
- (7) エンド終了時、ジャックボールにもっとも近いボールを投げた側のみ得点が入ります。
- (8) ジャックボールにもっとも近い相手側のボールよりも、ジャックボールに近いボール1個につき、1点が与えられます。
- (9) この一連の流れを1エンドとし、個人戦とペア戦は4エンド、チーム戦は6エンド行います。
- (10) 以降、同様の形式で各エンドを戦い、点数を付けます。

| ペア戦 | 第1 エンド | 第2 エンド | 第3 エンド | 第4 エンド | 合計 |
|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|----|
| Aペア(赤) | 1 | 0 | 0 | 2 | 3 |
| Bペア(青) | 0 | 2 | 3 | 0 | 5 |

- (11) すべてのエンド終了時点で同点の場合
個人戦とペア戦は、4エンド、チーム戦は6エンドを行った後、同点の場合はタイブレイクを行います。
- (12) タイブレイクは、コイントスで先攻・後攻を決め、ジャックボールはコート中央に置きます。
- (13) その後は通常のエンドと同様にお互いのボールを投げ合い、点数の多い方がその試合の勝者となります。
- (14) それでも勝負が決まらない場合は、同様のタイブレイクを2回、3回と行います。

3 ポッチャの戦略

- (1) 的(ジャックボール)の位置を自由に決められる。
ポッチャはカーリングに似ていますが、その最大の違いは的の位置を選手が決められることです。先攻側は、自分の有利な位置にジャックボールを置くことができます。
- (2) 残りの球数が多い方が有利
1エンドで6個ずつボールを投げ合いますが、できるだけ自ボールをジャックボールに近づけて、相手にボールを消費させ、残りの球数を少なくさせることがポイントです。