

# ピックルボールとは

『ピックルボールはバドミントンコートと同じ広さのコートで板状のパドルを使い、穴あきのボールを打ち合うスポーツです。ピックルボールにはダブルスとシングルスとの両方がありますが、ダブルスが一般的です。使うコートの広さはどちらも同じです。最大の特徴はレクチャーを受けると約 60 分程でラリーができ、穴あきボールが風の抵抗を受け、強く打ってもボールの速度が弱まる為、シニアや大人から子どもまでミックスで楽しめる簡単なスポーツです。

運動としても緩すぎず激しすぎずちょうど良い強度のためアメリカではシニア世代を中心にブームになっており、「アメリカで最も成長しているスポーツ」と言われています。』

(日本ピックルボール協会 HP ピックルボールとは より引用)