



クリング®

楽しむためのガイドブック

クリングって？

マジックテープのボールとボールがくっつくビブスを使用したオリジナルスポーツです。



ボール



ビブス

理念は？

老若男女問わずみんなで楽しく安全に体を動かし、健康的な体づくりとコミュニケーションを両立します。



1 vs 1
でも



チーム
でも



ちいさいこ
や
おとしより
でも

クリングの楽しむために

1つ、みんなで一緒に楽しもう！

老若難所関係なくでみんな一緒にできるスポーツです！みんなでやるのが一番楽しいですよ！

1つ、みんなでルールを考えよう！

みんなでルールを作ってみよう！場所や道具、勝つ条件など変えるとまるで違うスポーツに！？

1つ、いっぱい動いてストレス発散！

いっぱい動いていっぱい笑おう！運動して心も体もスッキリ！

メディア出演&協力



■テレビ朝日系列出演

■立山ケーブルテレビ番組掲載

■日本体育大学 ゼミ協力

■北日本新聞記事掲載

■高岡ケーブルテレビ出演

■小・中・高等学校へのレンタル

■チューリップテレビ出演

■地域おこしイベントへの協力

■学童保育・PTA へのレンタル

クリング協会

公式 HP・公式 SNS

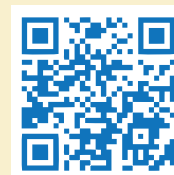
是非シェアのほどおねがいします！！



ホームページ



Instagram



Facebook



LINE グループ



カウントアップ



Aチーム スタートライン



Bチーム スタートライン

勝利条件 60秒の間に相手チームにつけた
ボールの数が多きチームの勝利！

- ルール**
- ① ボールは片手に1個ずつまで（試合開始してからボールを拾ってね）
 - ② 相手から付けられたボールは取ってはダメ
 - ③ 自然にボールがとれた場合はオッケー

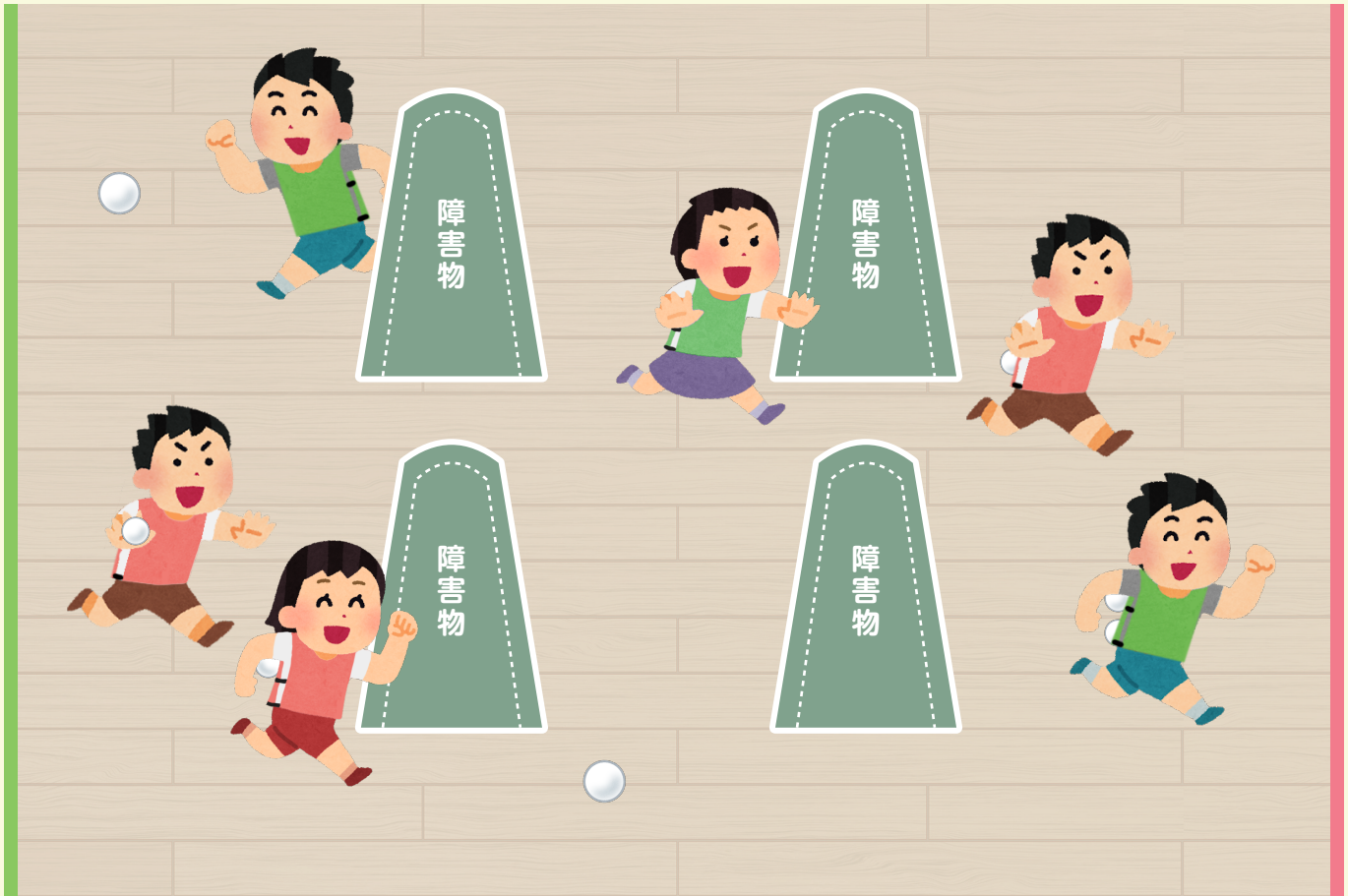




ピッキング



Aチーム スタートライン



Bチーム スタートライン

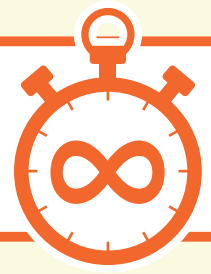
勝利条件

60秒の間に相手チームの背中についているボールを取って
終了時に残ったボールの数が**多いチームの勝利!**
または、相手チームのボールが**全てなくなったら勝利が確定!**

ルール

- ① ボールは片手に1個ずつまで（開始時には地面のボールは0個）
- ② 奪ったり拾ったボールは味方の背中につけてもOK
- ③ 背中のボールは1人5個からスタート
- ④ ぶつからないよう周りに気をつけてね!
- ⑤ 前についたボールはノーカウント





勝利条件 ボールが体に着いた人は自分のチームの次の人と交代！
最後まで生き残ったチームの勝利！

- ルール**
- ① ボールは片手に1個ずつまで(試合開始してからボールを拾ってね)
 - ② 応援しているみんなについている数を教えてあげよう！
 - ③ 交代する時はしっかりバトンタッチ！
 - ④ 退場した人は座って応援しよう！
 - ⑤ 相手から付けられたボールは取ってはダメ
 - ⑥ 自然にボールがとれた場合はオッケー

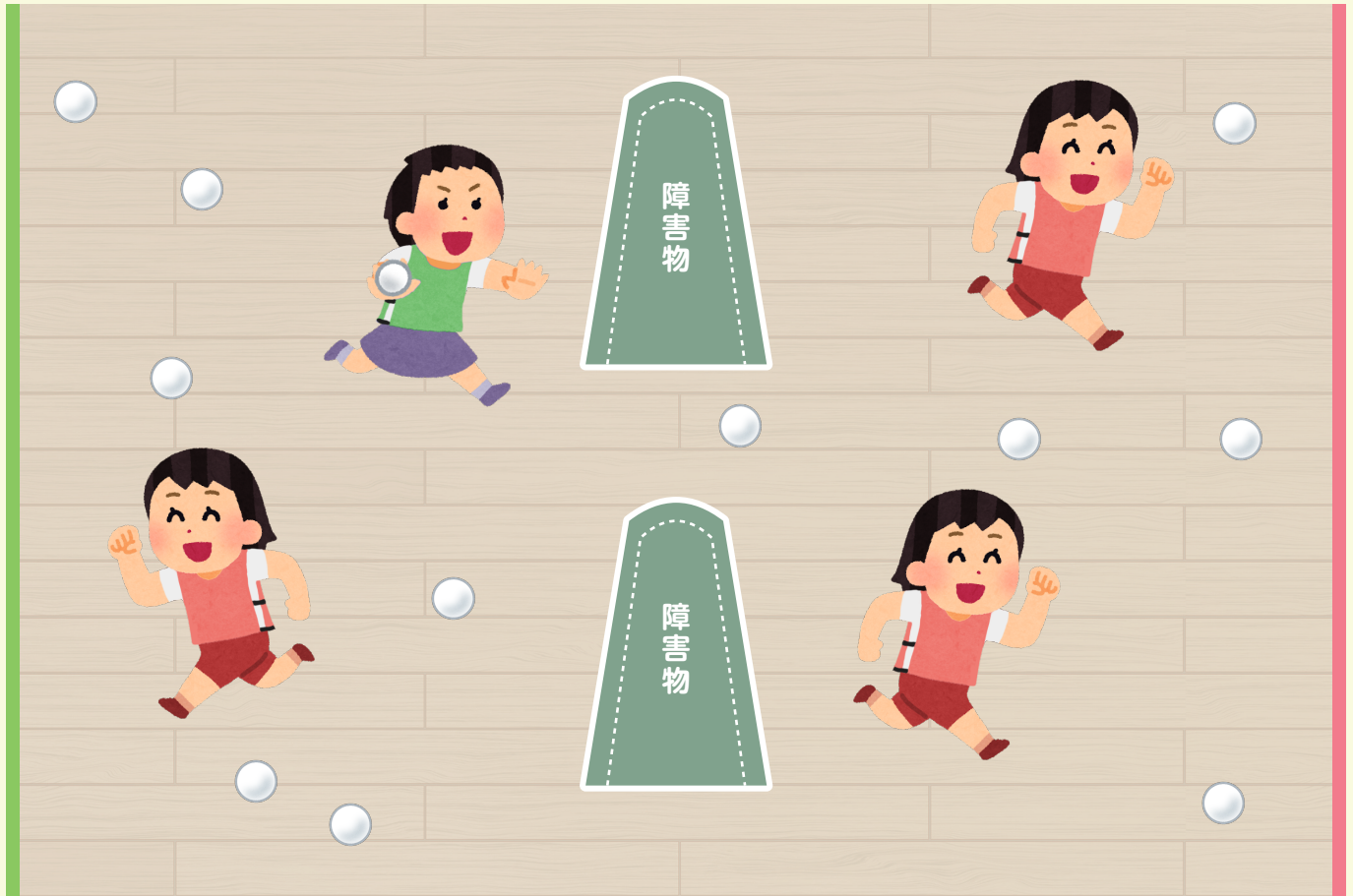




ハンティング



Aチーム スタートライン



Bチーム スタートライン

勝利条件 60秒の間に1人で相手チームを**全員退場**させられたら勝利。
1個でもつけたら相手チームの人は退場。
60秒の経っても相手チームが残っていた場合は**相手チーム**
の勝利になるよ！

- ルール**
- ①時間は広さと人数に応じて変更してね！
 - ②ぶつからないよう気をつけよう！
 - ③相手から付けられたら素直に退場しよう！
 - ④退場した人は座って応援しよう！



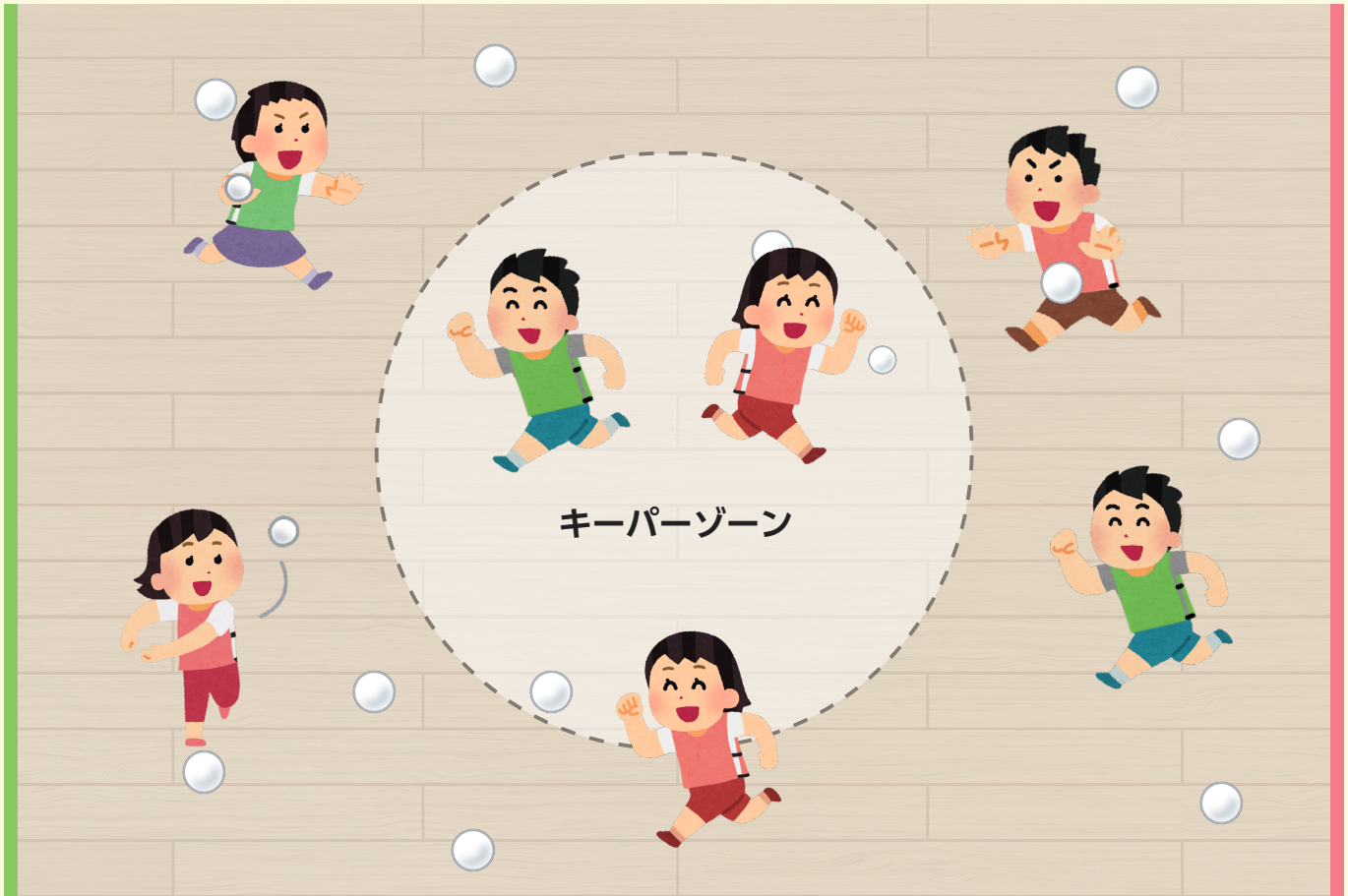


タクティクス



Aチーム スタートライン

Bチーム スタートライン



勝利条件

2分間で自分チームのキーパーにボールを
多くつけた方が勝利！

つけた数が同じ時は、キーパー同士による1玉勝負
(先に相手に1個でも付けたら勝利)

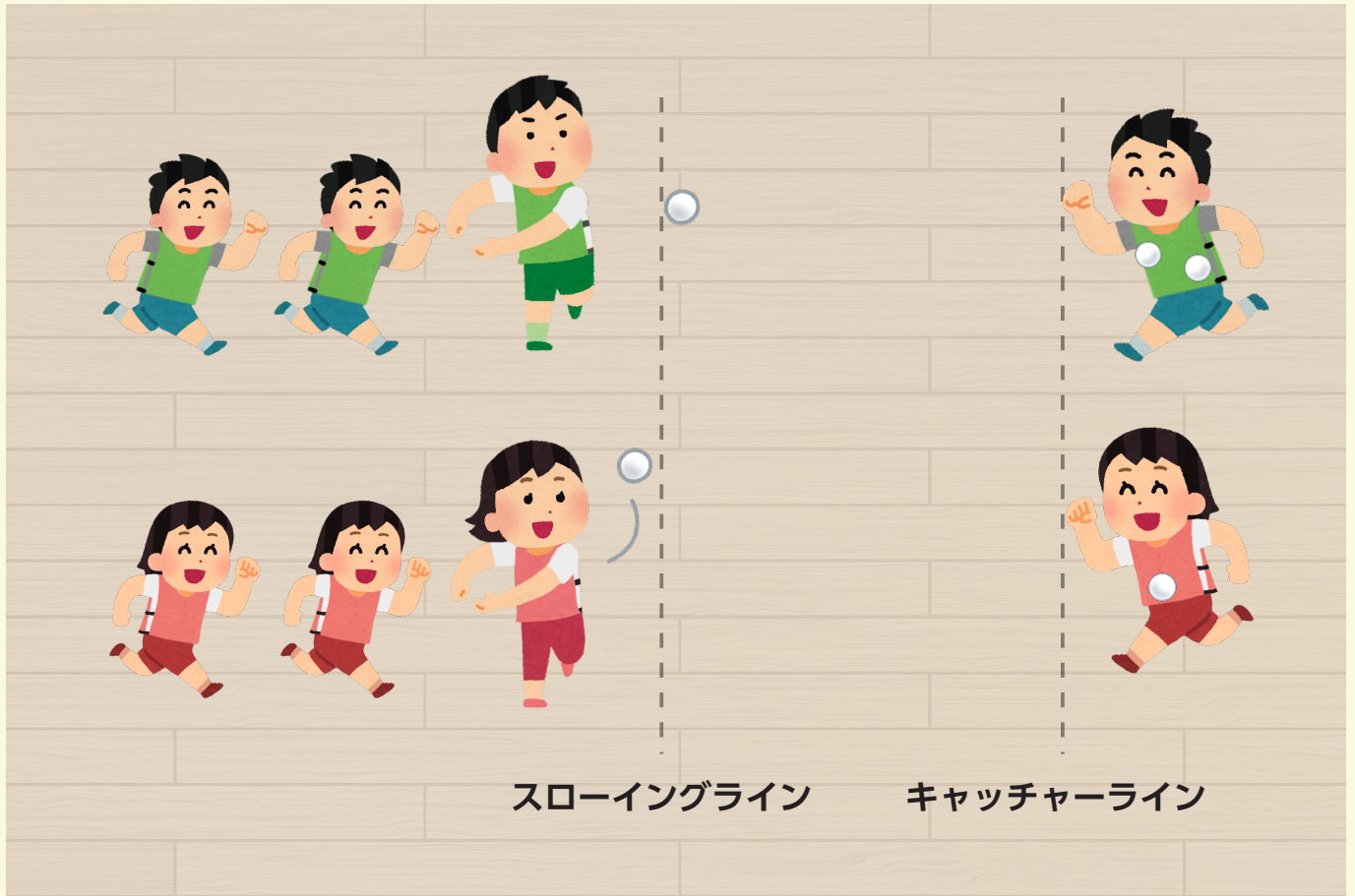
ルール

- ① ボールは片手に1個ずつまで
- ② キーパー以外はキーパーゾーンには入ったらダメ！
- ③ キーパーについたボールはとったらダメ！
- ④ ぶつからないよう周りに気をつけてね！
- ⑤ チームワークが勝利のカギ！？





スローイング



勝利条件 60秒の間に味方のキャッチャーに
より多くボールをくっつけたら勝利！

- ルール**
- ① 投げる人はボールは片手に1個
 - ② ボールを投げたら次の人と交代！
 - ③ ラインをはみ出で投げないように気をつけてね！



クリングをお楽しみいただき
誠にありがとうございました

SNS などにシェアしていただくと
とても嬉しいです！

他の方に楽しんでいただくため
月 日 () までに返却をお願いします
ご協力感謝いたします！！

レンタル品				
ビブス	赤	青	緑	橙
	黄	紫	桃	灰
ボール				

お問い合わせ・返送先

クリング協会

Mail: info@the-cling.com

Phone: 090-6276-2678

Place: 〒933-0911 富山県高岡市あわら町 6-40