

# キャッチガスティック

運動強度 ★★☆☆☆ 屋内

横一列に右端から8人が、1人2本のスティックを持ち、“トントン”のリズムにあわせてスティックを突き、“パッ”と離して、素早く右へ横移動。何回続けてキャッチできるかを楽しみます。

用具 スティック16本

## 簡単なルール

- 10人1チームで横1列に並び、右端から8人が両手にスティックを持つ。
- チームのリーダーが「せ〜の」の掛け声を掛け、「トン、トン」とスティックを2回床に打ちつける。
- 打ちつけた後、2本のスティックを8人同時に、パッと離し素早く右へ移動し、右隣の人のスティック2本をキャッチする。この時点からカウントを開始する。
- 右端の人は、速やかに左端へ移動する。
- カウントは全員が右へ移動するたびに行う。
- 1人でもスティックのどちらかを床に倒してしまうか、他のメンバーがスティックに触れ、支えた場合はその時点で終了となる。