

## 【JTA ルール(ネット記事より)】 一般の大会では特別に治療の時間を設ける可能性もあり。

### ① 足が攣った(つった)時のルール

足が攣っても、メディカルタイムアウト(MTO)は取れない。

理由:足が攣るということはスタミナ切れや筋肉疲労が原因でもあるため。体力という実力の不足により引き起こった結果という扱いのため、MTO は取れない。

### ② 実際に足を攣った場合

足が攣ったままでもプレーを継続する必要があります。ポイント間で足が攣ってしまっても、25 秒以内に次のポイント始めなければタイムバイオレーションとなります。ポイント間 25 秒、チェンジコート 90 秒、セット間 120 秒にプレーを始めなかった場合に科される罰則です。規定時間以内にプレーを始めなかった場合、1 回目：警告、2 回目以降：その都度失点。

### ③ 動けないほど重症の場合

ゲーム途中 (15-15 など) に動けないほど足が攣ってしまった場合は、チェンジコートまでのゲームを捨てて自分で治療するという方法があります。

例・A vs B の試合中に A が足を攣って動けなくなった。

・カウントは A 5-5(15-15) B

・A サーブ B レシーブ

この場合、A はチェンジコートまでのポイントを全て捨てる (相手 B に与える) ことで、チェンジコートの時間中 (90 秒) に自分で治療できます。この場合、治療 (チェンジコート) 終了後には下記のスコアから再開となります。

・A 5-6 B となり、A レシーブ B サーブでゲーム再開。B からすれば、15-15 から何もせずにいきなり A のサービスゲームをブレイクしたことになります。

### ④ 治療

筋ケイレンはチェンジコート中やセット間に自分で治療可能です。

先ほど述べた通り、筋ケイレンでメディカルタイムアウトは取れませんが、チェンジコート 90 秒、セット間 120 秒の間に自分が所持している医薬品やテーピングを使って自分で治療することは可能です。

(もしプロの大会のようにドクターやトレーナーが常駐されている大会であれば、筋ケイレンでもチェンジコート 90 秒やセット間 120 秒に治療を受けられます。)

### ⑤ 知人による治療は不可

知人の医者やトレーナーが自分の試合に応援に来ていても、試合中に治療を受けることはできません。もちろん、試合中に知人等からマッサージを行ってもらっても禁止です。

※試合後は問題ありません。

しかし、一般の大会に大会常駐ドクターやトレーナーがいるわけではないので、「筋ケイレンは周りの力を借りずに自分で治療をする」のが原則です。

### 【参考】

足を攣ったかどうかは自己申告制です。本人が足を攣っても「肉離れした」と言えば信用するしかありません。大会運営側も医者ではないので、嘘か本当かはわかりません。

### 【参考】日本女子テニス連盟 山形県支部ホームページの記載より

試合前・試合中の時間について

☆25秒 ポイントとポイントの間は25秒以内とする。

ポイント終了した瞬間から次のサービスを打つまでの時間は25秒以内。遠くにボールを拾いに行く時は少し猶予されるが速やかに拾いに行き、作戦会議も簡潔にし相手を待たせない。

☆90秒 エンドの交代は90秒以内とする。

エンド交代時、ポイント終了した瞬間から次のゲームのサービスを打つまでの時間は90秒以内。ただし、各セット第1ゲーム終了後とタイブレーク中は休憩なし。水分をとる事は可。

☆120秒 各セット終了時の休憩は120秒以内とする。

セット終了した瞬間から次のセットの最初のサービスを打つまでの時間は120秒以内。偶数ゲームでセット終了時は次のセットの第1ゲームまでエンド交代はしない。

### ☆3分 MTO(メディカルタイムアウト)は3分以内とする。

MTOはトレーナー等が手当てを始めてから3分を超えてはいけない。1部位につき1回のMTOがとれるが筋ケイレンの処置は受けられない。筋ケイレンの処置はエンド交代時、セットブレイク時間内のみ受けられる。

☆15分 試合開始時刻より15分の遅刻は失格となる。

オーダーオブプレイに記載された時間から15分以内にプレーの準備ができないと、レフェリーの最終判断でノーショウとなり試合ができない。試合開始時間は厳守。

☆1分以内 コート内ベンチに到着後1分以内にトスを行う。

両選手はベンチ到着からトスまで、ウォームアップ終了から1分以内に試合を開始すること。

☆トイレットブレイク

3セットマッチ1試合ペアで2回まで、セットブレイク時に理にかなった時間でとる事ができます。ペア2人同時に行った場合は1回とみなされます。ウォームアップ中の場合も回数に数えます。

※ルール上の問題はJTA(日本テニス協会)発行のテニスルールブックに準じています。