

- 🚫 スポーツマンシップに則って、正々堂々と試合に臨みましょう！！
- セルフジャッジの試合では判定する審判がいません。選手自身が審判しながらプレーをします  
相手、ルール、審判をリスペクトし、フェアな態度でプレーすることが大切です  
選手一人ひとりのスポーツマンシップが試されています  
\*セルフジャッジの5原則を遵守しましょう！
- 🚫 決められた時間を守りプレーしましょう
- スタートオブマッチ（1-5-1ウォーミングアップルール）に従う  
両選手がコートに到着後、決められた時間で試合を開始するルールを守っていますか？  
\*コートに入ってから着替える、テーピングする⇒相手を待たせないでトスをし、試合を開始しましょう  
ポイント間、エンドチェンジ、セットブレイクの時間を守る  
\*ボールを拾うのに必要以上に時間を取っていませんか？  
\*対戦相手が立ち上がるまでベンチに座っていることはありませんか？  
\*ダブルスの時にペアとの話し合いやノーアドのレシーバーチョイスに時間を取っていませんか？  
審判に注意されることのないよう自主的に時間を守りましょう  
注意を受けた後も時間を守ることができなかつたらペナルティの対象になります
- 🚫 ミスジャッジをし、コールを訂正したら **ルール変更**
- \* 返球が相手コートに正しく入った時のみ、1回目はポイントレット、2回目以降は失点  
\* ミスジャッジの前に打たれたボールが明らかなウイニングショット・エースまたは返球が正しく相手のコートに入らなかった場合は1回目であってもミスジャッジをしたプレイヤーの失点になります  
\* ペアで判定が食い違ったら、失点です  
①A:アウト B:入っていました⇒食い違い（ただし、Aも入っていたとすぐに認めればレット）  
②A&B:アウト B:入っていました⇒レット（ただし、Aがアウトを主張⇒食い違い）  
③A:アウト あっ！入っていました⇒レット（ただし、Bがアウトを主張⇒食い違い）  
ダブルスの場合もミスジャッジをしコールを訂正してポイントのやり直しになるのは**返球が相手コートに正しく入った時のみ**です
- 🚫 隣のコートからボールが入ってきたら（外からの妨害）
- 妨害が起こったらすぐにレットのコール（両選手、チームがコールできます）  
ボールを打った後にレットのコールがあり、そのボールがアウト、ネットした場合は打った選手の失点  
セカンドサーブを打とうと動き出した時にレットのコールがあったら、ファーストサーブ（サーブを打とうと動き出す前ならボールを取り除いてセカンドサーブ）  
妨害が起こったときに誰もレットをコールしなければ、両選手、チームが妨害されていないことになります
- 🚫 持ち物を落としたり（選手自身が起こす妨害）
- 落とした選手はレットをかけられません。相手選手がレットのコールをします  
1回目はレット ポイントのやり直し、2回目以降は失点（ダブルス時はペアで数える）
- 🚫 試合中は紛らわしい声、動作で相手を妨害をしない（選手自身が起こす妨害）
- \* 相手がスマッシュを打とうとしているとき「ケア～！」「キャ～、やめて～」⇒×  
\* 相手がレシーブするとき「サイドケア～！」「ロブケア～」⇒×  
\* ラリー中、決まったと思い「カモン！！」「よし！！」⇒×  
試合中は判定時に必要なコールのみ（アウト、フォールト、レット、ネットアップ、コレクションなど）  
声や動作で相手のプレーを妨害しない。審判の判断で失点になることがあります  
ダブルス時 ペアへの声掛けは相手の気にならない程度に！
- 🚫 フットフォールトはしない！ 普段から気を付け、試合でコールされないようにしましょう
- 🚫 スマートウォッチは電源を切った状態でも着用できません（電子機器の試合中の使用の禁止）