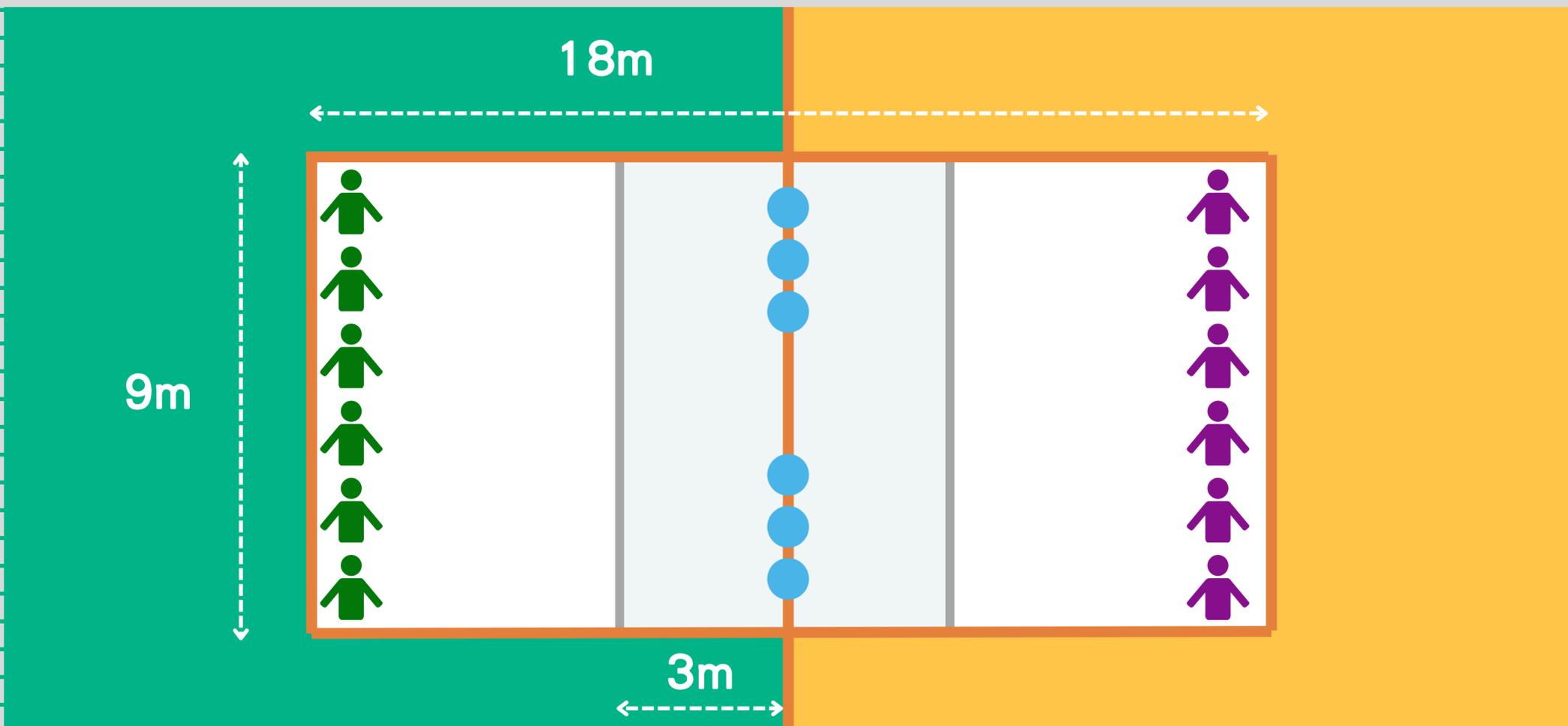


台北市美式躲避球協會 躲避球競賽規則

場地說明圖



1 比賽開始：後腳踩底線，左邊預備，右邊預備，嗶~！

雙方只能搶**右邊3顆球**，且每一顆球都需回到**啟動線**，才能攻擊。

2 優勢方先攻擊：球多先攻、人多先攻

優勢方有**10秒進攻時間**，雙方有任何一方進行攻擊，10秒重新計算。
若10秒內雙方都無人將球丟出，優勢方被判罰**將所有球交給對方**。

3 有效攻擊

球擊中身體任何部位(包含衣服、頭髮...等)並落地，即算出局，有**多殺制**。

無效攻擊

若發生了以下三種情況，即判定死球。

4 防守三部曲：閃、接、擋

閃球：不限任何姿勢，目的為不被球擊中。

接球：以任何形式控制住球，即算接殺，**丟球的人判出局**，並同時**救回第一順位出局的隊友**。可進行補救，不限本人或隊友。

擋球：以球擋住對方投出的活球，避免被擊中。擋球後**碰觸到任何人**(包含自己)，也算**出局**。若擋球時**掉球**了，也會**判定出局**。

[#Honestyisthebestpolicy 誠實至上](#)

5 撿球員

只能撿**自己場外的球**，不能跨越任何場地線，若違規將判**罰一顆球**。

6 No Blocking 驟死戰

當時間到且**當局未分出勝負**時，場上剩餘球員將**進入驟死戰**環節。

雙方各三顆球，後腳踩線，聽從哨音直接開始，**擋球視同出局**，其餘規則照常。

 = 死球

1. 落地
2. 打到球
3. 打到已出局的人

