

いろいろなラグビー 4月は7人制ラグビーに注目！



ラグビーワールドカップ™は15人制で開催されます。

その他にも13人制のラグビーリーグ、[タグラグビー](#)、[ビーチラグビー](#)など、“ラグビー”から派生したスポーツが様々あります。

今回は夏季オリンピックの種目にもなっている7人制ラグビー（セブンズ）について紹介します。

7人制ラグビー

Highlights: Four teams unbeaten at New Zealand Sevens

後で見る 共有





7人制ラグビー 試合の様子

7人制ラグビーは[15人制のルール](#)を基本として出来上がったスポーツです。

7人制独自のルール、15人制との違いを解説します！

ポジション

7人制は名前の通り、7人对7人で行われる競技です。

ポジションはフォワード3名、バックス4名です。スクラムは3対3。

15人制と同じ大きさのフィールドで行われるため、走力重視の試合展開になることが多く、15人制ではパワーが重要視されるフォワードも7人制では比較的にスリムな選手が多いです。

ブレイクダウン

[ブレイクダウン](#)に関するルールは15人制とほぼ同じですが、7人制の試合はブレイクダウンが非常に少ないです。

1チーム7人しかいないことで、ブレイクダウンに参加できる人数が少なく、ボールを奪われてしまう危険性が高いため、攻撃側は極力タックルを受けないように立ち回るプレーが必要です。

15人制と違い大きく後ろにパスをする、後ろに向かって走るなどのプレーが見られるのも7人制の特徴といえます。

試合時間

人数が15人制の半分以下、フィールドは15人制の大きさと同じ、ブレイクダウンが少ないということで、7人制の試合は非常にスピーディー！

目まぐるしく試合が展開していくのも7人制の醍醐味の一つでしょう。

試合時間は基本的に前後半7分、間に1分（2分の大会もあります）のインターバルが入る短期決戦で勝敗を決めます。

広いフィールドを常に全力で走り続ける走力、持久力が必要なタフなスポーツの7人制ラグビー。

15人制（前後半40分）と比べて、非常に試合時間が短いように感じますが、一度観戦すれば濃密な14分間だということが納得いただけるでしょう。

HSBCワールドラグビーセブンズシリーズ・YC&AC SEVENS

HSBCワールドラグビーセブンズシリーズは7人制ラグビーの世界大会。1年を掛けて10カ国の会場を周り、試合を行います。2019年のシーズンは男子15チーム、女子11チームが参加し、優勝を争います。

2020年の東京オリンピックの出場権獲得もかかっている重要な大会であるため、熾烈な戦いになること間違いなし！

4月は北九州大会（女子）、香港大会・シンガポール大会（男子）とセブンズの試合が目白押し！

もちろん日本代表も出場しますので注目しましょう！

そして7日（日）には、横浜で[第60回YC&AC SEVENS](#)も開催されます。横浜で気軽にセブンズを観戦できる機会です！